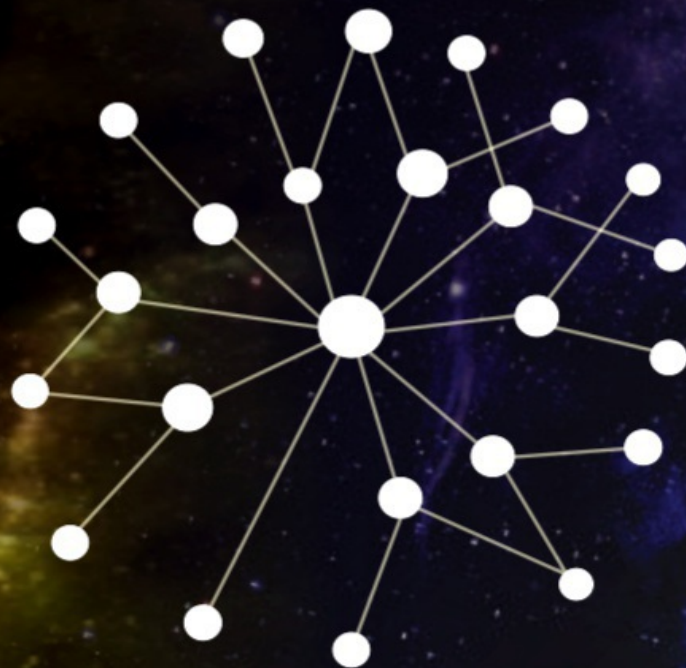


The Power of Your
Subconscious Mind

O PODER DO SUBCONSCIENTE



Descubra a sua Força Interior que pode direcionar
o seu caminho para a Saúde, Riqueza e Felicidade

Dr. Joseph Murphy PhD



Dr. Joseph Murphy PHD.

O PODER DO SUBCONSCIENTE

Editado por
Eduardo Silva Pereira
Boituva, 2015

O PODER DO SUBCONSCIENTE

Dr. Joseph Murphy

Título Original

THE POWER OF YOUR SUBCONSCIOUS MIND

Copyright © 1963

Tradução de

EDUARDO S. PEREIRA

Copyright © 2015

SUMÁRIO

[SOBRE O AUTOR.](#)

[PREFÁCIO.](#)

[INTRODUÇÃO.](#)

[CAPÍTULO 1 - A CASA DO TESOIRO QUE ESTÁ DENTRO DE VOCÊ.](#)

[CAPÍTULO 2 - COMO FUNCIONA A SUA MENTE.](#)

[CAPÍTULO 3 - O PODER MILAGROSO DO SUBCONSCIENTE.](#)

[CAPÍTULO 4 - CURAS MENTAIS NOS TEMPOS ANTIGOS.](#)

[CAPÍTULO 5 - CURAS MENTAIS NOS TEMPOS MODERNOS.](#)

[CAPÍTULO 6 - TÉCNICAS PRÁTICAS DE CURAS MENTAIS.](#)

[CAPÍTULO 7 - A TENDÊNCIA DO SUBCONSCIENTE É A VIDA.](#)

[CAPÍTULO 8 - COMO OBTER OS RESULTADOS DESEJADOS.](#)

[CAPÍTULO 9 - COMO USAR O PODER DO SEU SUBCONSCIENTE PARA A RIQUEZA.](#)

[CAPÍTULO 10 - SEU DIREITO DE SER RICO.](#)

[CAPÍTULO 11 - SEU SUBCONSCIENTE COMO PARCEIRO PARA O SUCESSO.](#)

[CAPÍTULO 12 - COMO OS CIÊNTISTAS USAM A MENTE SUBCONSCIENTE.](#)

[CAPÍTULO 13 - SEU SUBCONSCIENTE E AS MARAVILHAS DO SONO.](#)

[CAPÍTULO 14 - SEU SUBCONSCIENTE E OS PROBLEMAS CONJUGAIS.](#)

[CAPÍTULO 15 - SEU SUBCONSCIENTE E A FELICIDADE.](#)

[CAPÍTULO 16 - SEU SUBCONSCIENTE E A HARMONIA NAS RELAÇÕES HUMANAS.](#)

[CAPÍTULO 17 - COMO USAR O SUBCONSCIENTE PARA PERDOAR.](#)

[CAPÍTULO 18 - COMO O SUBCONSCIENTE REMOVE BLOQUEIOS MENTAIS.](#)

[CAPÍTULO 19 - COMO O SUBCONSCIENTE REMOVE O MEDO.](#)

[CAPÍTULO 20 - COMO PERMANECER JOVEM DE ESPÍRITO PARA SEMPRE.](#)

SOBRE O AUTOR.

Joseph Murphy, autor naturalizado norte americano, escreveu mais de 30 livros de autoajuda, muitos deles best-sellers no mundo inteiro. Passou muitos anos estudando as principais religiões do mundo, tendo se convencido da existência de um grande poder por detrás de todas elas, o poder da mente subconsciente.

Murphy nasceu na Irlanda; ele era o filho de um diretor de uma escola particular para meninos, foi criado como católico. Ainda jovem, ele estudou para o sacerdócio e entrou para a ordem dos jesuítas. Aos seus vinte anos, Murphy teve uma profunda experiência de cura pessoal através da oração, que o levou a deixar os jesuítas e se mudar para os Estados Unidos. Ele se mudou para Nova York e começou a trabalhar como farmacêutico, após conseguir sua licenciatura em Química na época. Foi ali que ele frequentou a Igreja do Cristo Curador, que era integrada à Igreja da Ciência Divina.

Em meados da década de 1940, Murphy se mudou para Los Angeles, onde conheceu o fundador da Ciência Religiosa, Ernest Holmes. Ele foi ordenado por Holmes na Ciência Religiosa em 1946. Depois disso, ele começou a ensinar em Rochester, Nova York, e mais tarde no Instituto de Ciências Religiosas em Los Angeles. Depois de uma reunião com o presidente da Associação de Ciência Divina, Erwin Gregg, Murphy tornou-se reordenado em Ciência Divina. Em 1949, ele se tornou o ministro da Igreja da Ciência Divina em Los Angeles nos 28 anos seguintes. Cerca de 1300 a 1500 pessoas iam assistir suas poderosas palestras todos os domingos. Murphy fez da igreja que ministrava, uma das maiores congregações do Novo Pensamento na época. Durante esse período ele também tinha um programa diário, na rádio, que se tornou imensamente popular.

Na década de 50, Joseph Murphy casou, formou-se PhD em psicologia na Southern California University, e a partir daí iniciou sua carreira de escritor. Escreveu mais de 30 livros sobre vários temas relacionados com o novo pensamento, metafísica e as ciências religiosas e mentais. Murphy ensinou técnicas simples e fatos surpreendentes, comprovados cientificamente, sobre a forma como os poderes da mente subconsciente podem pré-formatar milagres de cura e atrair saúde perfeita, prosperidade, felicidade e paz de espírito.

Após a morte de sua primeira esposa em 1976, Murphy casou-se novamente com uma companheira ministra da Ciência Divina que era sua secretária de longa data. Murphy mudou o seu ministério para Laguna

Hills, Califórnia, onde passou os últimos dias de sua vida. Sua esposa, Dra. Jean Murphy, continuou com o ministério de Joseph por muitos anos após sua morte. Dr. Joseph Murphy tinha uma paixão pela Verdade e continua a ser um farol de iluminação e inspiração para estes dias.

PREFÁCIO.

Considere algumas pessoas que seguem cada uma, uma determinada religião ou crença, por exemplo: um católico, um evangélico, um judeu, um espírita, um budista, e até alguém sem uma religião definida, mas que acredita em sua espiritualidade. Certamente em algum momento de necessidade essas pessoas recorreram em orações e pedidos ao seu Senhor Supremo ou a alguma força ligada a ele, e muito provavelmente, elas foram diversas vezes atendidas, e verdadeiros milagres aconteceram em suas vidas. Porém, outras vezes não, e o que se sucedeu foi o oposto às suas orações. A pergunta que fica é, por quê? O que determina o sucesso ou o fracasso de suas orações ou de seus desejos? Quais destas religiões ou qual credo está mais próximo da verdade? E quanto àqueles que se denominam ateus, ficariam eles limitados a nunca realizarem grandes feitos, ou a não terem alegrias na vida por se “desconectarem” da fonte divina?

Para o autor a resposta é simples, após ter dedicado vários anos de sua vida buscando respostas para perguntas como estas, trabalhando em conferências com milhares de pessoas nos Estados Unidos e mundo a fora, estudando a mente humana e as diversas religiões existentes, ele percebeu o princípio que envolve todas elas, a verdade que pode nos libertar dos nossos medos, das superstições, das doenças e da miséria, e nos trazer, força, alegria, saúde, paz e abundância.

Você, caro leitor ou leitora, que está com esse livro nas mãos, muito provavelmente já possui uma bagagem, algum tipo de posicionamento filosófico, científico, espiritual ou religioso, e apesar do livro muitas vezes tocar em pontos que se referem a estes assuntos, este não será o foco, o autor deste livro não tenta te convencer de nenhum tipo de credo, dogma ou superstição, ele não diz que uma religião é melhor do que outra, se você deve ou não seguir uma, este livro trata do maior mistério que envolve nossa existência, que está por trás de todos os credos, de todas as ciências, de todos os tempos.

Conheça a verdade e a verdade vos libertará.

Não tente negar ou aceitar algo como verdade, sem antes você refletir e entender o real sentido do que se está escrito, tente colocar alguma técnica em prática, conheça, prove para si mesmo, analise o que já deu certo para você e o que já deu errado, peça para que a verdade lhe guie em todos os seus aspectos, siga os seus sentimentos que gritam por liberdade dentro do seu peito, liberte-se de suas amarras, liberte-se do medo, se tem algo que te diz, “Faça! ”, então faça; se não, não faça. Nunca faça ou deixe de fazer

algo pelo medo da crítica, medo da superstição, medo da punição ou das consequências. Sempre faça algo em busca da felicidade, da harmonia, da expressão, da liberdade e da paz para sua vida e a dos outros.

Seja isso que ocupe o vosso pensamento.

Eduardo S. Pereira.

INTRODUÇÃO.

COMO ESTE LIVRO PODE FAZER MILAGRES EM SUA VIDA.

Eu já vi milagres acontecerem a homens e mulheres de todas as classes sociais e em todo o mundo. Milagres vão acontecer com você também - quando começar a usar o poder mágico do seu subconsciente. Este livro destina-se a ensinar-lhe como seu pensamento habitual e imagens mentais moldam e criam o seu destino. Assim como uma pessoa pensa em seu subconsciente, então assim ela é.

VOCÊ SABE AS RESPOSTAS PARA ESSAS PERGUNTAS?

Por que uma pessoa é triste e outra é feliz? Por que uma pessoa é alegre e próspera e outra é pobre e miserável? Por que alguns são temerosos e ansiosos e outros são cheios de fé e confiança? Por que uns tem uma casa bonita e luxuosa, enquanto outros vivem uma existência miserável em um gueto?

Por que um homem tem grande sucesso e outro um fracasso constante? Por que um é orador excepcional e imensamente popular e outro medíocre e impopular? Por que uma pessoa é um gênio em seu trabalho ou profissão enquanto outro se esforça e batalha por toda a sua vida sem realizar ou fazer qualquer coisa que vale a pena?

Porque é que uma pessoa fica curada de uma doença chamada de incurável e outra não? Por que tanta gente boa, gentil e religiosa sofre as torturas dos condenados em suas mentes e corpos? Porque é que muitas pessoas não-religiosas, imorais, tem sucesso, prosperam e gozam de saúde radiante? Por que uns são felizes e casados e outros muito infelizes e frustrados?

Será que há uma resposta para estas questões no funcionamento de suas mentes conscientes e subconscientes?

- Certamente que há.

MINHA RAZÃO PARA TER ESCRITO ESTE LIVRO.

O que me motivou a escrever este livro foi um profundo desejo de compartilhar com os outros, as respostas que eu descobri para estas e muitas perguntas semelhantes. Eu tentei explicar as grandes verdades fundamentais da mente na linguagem mais simples possível. Eu acredito que é perfeitamente possível explicar as leis básicas e fundamentais da vida e da sua mente na linguagem cotidiana comum. Você vai descobrir que a linguagem deste livro é a mesma usada nos jornais diários e periódicos atuais, nos escritórios de negócios e a mesma de suas conversas

em casa e no seu trabalho.

Eu recomendo que você estude este livro e aplique as técnicas que ele descreve. Conforme você o ler, estarei absolutamente convencido de que você vai adquirir e controlar o poder de operar milagres que irá te tirar da confusão, tristeza, melancolia e fracasso. Isso irá guiá-lo ao seu verdadeiro lugar, resolver suas dificuldades, separá-lo da escravidão emocional e física e colocá-lo na estrada real para a liberdade, felicidade e paz de espírito.

O poder de operar milagres da sua mente subconsciente pode curá-lo de sua doença, tornando-o saudável e forte novamente. Ao aprender como usar seus poderes interiores, você abrirá a porta da prisão e do medo e viverá em uma vida descrita por São Paulo como a gloriosa liberdade dos filhos de Deus.

LIBERANDO O PODER DE OPERAR MILAGRES.

Uma cura pessoal será sempre a prova mais convincente dos nossos poderes subconscientes. Há muitos anos atrás eu consegui curar-me de uma doença - chamada de sarcoma na terminologia médica - usando o poder de cura de minha mente subconsciente, que me criou e ainda mantém e regula todas as funções vitais de meu corpo.

A técnica que apliquei será explicada em detalhes neste livro. Tenho a certeza que vai ajudar os outros a confiar na mesma presença de cura infinita encontrada nas profundezas do subconsciente de todos nós. Graças aos cuidados de um velho amigo médico, compreendi subitamente que era perfeitamente natural esperar que a Inteligência Criadora, que fez todos os meus órgãos, que formou meu corpo e meu coração, é capaz de curar a sua própria criação. Um antigo provérbio diz: “O médico trata o ferimento e Deus o cura.”

MARAVILHAS ACONTECEM QUANDO VOCÊ ORA DE MANEIRA EFICAZ.

A Oração Científica é a interação harmoniosa entre os níveis conscientes e subconscientes da mente, e está cientificamente voltada para uma finalidade específica. Este livro vai lhe ensinar a maneira científica de explorar o Reino do poder infinito dentro de você, permitindo que você consiga o que quer na vida. Se você deseja uma vida mais feliz, mais completa e mais rica. Comece a usar este poder de operar milagres para desobstruir seu caminho nos assuntos diários, resolver problemas de negócios e trazer harmonia nas relações familiares.

Procure ler este livro várias vezes. Os muitos capítulos vão te mostrar como funciona este poder maravilhoso e como você pode extrair a inspiração e sabedoria que estão ocultas dentro de você. Aprenda as técnicas simples de impressionar a mente subconsciente. Siga a nova maneira científica para acessar o depósito infinito. Leia este livro com cuidado, seriedade e amorosamente. Prove a você mesmo com este método surpreendente, que você pode ajudar a si mesmo. Este pode ser - e acredito que será - o ponto de virada da sua vida.

TODOS REZAM.

Você sabe como rezar de maneira eficaz? Quanto tempo faz que a oração não é uma parte de suas atividades diárias? Provavelmente nos casos de emergência, em tempo de perigo ou dificuldade, na doença, ou quando a morte bateu à porta, você as derramou em abundância.

Apenas veja as notícias diárias. Há reportagens de que pessoas de todo o país estão orando por uma criança com uma doença considerada incurável, rezam para a paz entre as Nações, ou para um grupo de mineiros presos na inundação de uma mina. Mais tarde, ouvimos notícias que, quando resgatados, os mineiros diziam que eles rezavam enquanto esperavam pelo resgate.

Certamente, a oração é uma ajuda sempre presente no momento de aflição. Mas por que você deveria esperar para fazer da oração uma parte integrante e construtiva da vida? As dramáticas respostas para oração fazem manchetes e dão testemunhos da eficácia da oração. Mas, o que dizer das orações humildes das crianças, do simples ato de agradecer e dar graça à mesa diariamente, às devoções fiéis no qual um indivíduo procura somente ficar em comunhão com Deus?

Meu trabalho com pessoas me levou a estudar as várias abordagens para a oração. Eu experimentei o poder da oração na minha vida, e tenho falado e trabalhado com muitos outros que têm se beneficiado muito com a ajuda da oração. O problema geralmente é como dizer a alguém como rezar. As pessoas que estão com problemas têm dificuldade em pensar e agir racionalmente. Seus problemas os oprimem e bloqueiam suas capacidades de ouvir e entender. Eles precisam de uma fórmula fácil para seguir um padrão simples e específico que obviamente funcione.

A PRINCIPAL CARACTERÍSTICA DESTES LIVROS.

A principal característica deste livro é sua praticidade de aplicação. Aqui você vai encontrar técnicas simples e úteis, fórmulas que você pode

facilmente aplicar em sua vida cotidiana. Eu ensinei esses processos simples para homens e mulheres em todo o mundo.

As características especiais deste livro serão importantes para você porque elas explicam por que muitas vezes você obtém o oposto daquilo pelo que você rezou. Milhares de vezes, pessoas em todas as partes do mundo têm me perguntado, “Porque é que eu tenho orado e orado e não obtenho resposta?” Neste livro você encontrará as razões para esta queixa comum. A explicação das muitas maneiras de impressionar o nosso subconsciente e obter as respostas certas, faça com que este livro extraordinariamente valioso seja uma ajuda sempre presente em momentos de dificuldade.

NO QUE VOCÊ ACREDITA?

Ao contrário do que muitas pessoas pensam, não é aquilo em que se acredita que traz uma resposta à oração de uma pessoa. As orações são respondidas quando o subconsciente do indivíduo responde à imagem mental ou pensamento em sua mente. Esta lei da fé, é o segredo que envolve todas as religiões do mundo. É a razão oculta para suas verdades psicológicas.

O budista, o cristão, o muçulmano e o judeu, todos podem obter respostas às suas orações conforme a sua fé, apesar das diferenças enormes entre suas crenças declaradas. Como é possível? A resposta é que não é por causa do Credo particular, religião, afiliação, ritual, cerimônia, fórmula, liturgia, encantamento, sacrifícios ou oferendas, mas unicamente por causa da crença ou aceitação mental e receptividade sobre o objetivo para o qual eles oram.

A lei da vida é a Lei da Fé. A fé pode ser brevemente resumida como um pensamento em sua mente. Conforme uma pessoa pensa, sente e acredita, assim se forma a condição de sua mente, corpo e circunstâncias. Uma metodologia técnica baseada na compreensão daquilo que você faz e por que o faz vai ajudá-lo a trazer uma personificação subconsciente de todas as coisas boas da vida. Essencialmente, uma oração atendida é a realização do desejo do seu coração.

DESEJO É ORAÇÃO.

Todos desejam saúde, felicidade, segurança, paz de espírito e a verdadeira expressão. Mas quantos de nós chegamos a atingir todas essas metas? Um professor universitário admitiu para mim recentemente, “Eu sei que se eu mudar meu padrão mental e redirecionar minha vida emocional, meu coração vai melhorar. Eu sei disso. O problema é que, eu não tenho

qualquer técnica, processo ou modus operandi. Minha mente divaga e regressa em meus muitos problemas, e sinto-me frustrado, infeliz e derrotado. ”

Este professor tinha o desejo de perfeita saúde. Mas ele precisava do conhecimento de como sua mente funcionava. Seria isso que iria permitir-lhe realizar seu desejo. Ao praticar os métodos de cura descritos neste livro, ele tornou-se completo e realizado.

HÁ UMA MENTE COMUM A TODOS OS HOMENS.

Os poderes de operar milagres do seu subconsciente já existiam antes de você e eu nascermos, antes de qualquer igreja ou planeta existente. As grandes verdades eternas e os princípios de vida precedem todas as religiões. É por pensar assim que eu lhe convido nos capítulos a seguir a apoderar-se deste poder maravilhoso, mágico e transformador. Isto irá limpar as feridas físicas e mentais, irá proclamar liberdade à mente cheia de medo e o libertará completamente das limitações da pobreza, fracasso, miséria, privação e frustração.

Tudo o que você tem que fazer é unir-se mental e emocionalmente com o bem que deseja personificar. Os poderes criadores do seu subconsciente responderão na mesma proporção. Comece hoje, agora, e maravilhas irão acontecer em sua vida! Persista na perseverança até que as sombras se dissipem com o raiar de um novo dia.

CAPÍTULO 1 - A CASA DO TESOURO QUE ESTÁ DENTRO DE VOCÊ.

Você tem infinitas riquezas ao seu alcance. Para adquiri-las, tudo o que você precisa fazer é abrir seus olhos mentais e contemplar a casa do tesouro infinito dentro de você. Há um depósito dentro de você a partir do qual você pode extrair tudo o que você precisa para viver uma vida gloriosa, de alegria e abundância.

Muitas pessoas estão longe de alcançar seu próprio potencial, porque elas não conhecem essa mina de inteligência e amor infinito dentro de si. Onde tudo que você quiser, poderá ser obtido a partir dela.

Uma barra de ferro magnetizada pode levantar cerca de doze vezes seu próprio peso. Mas se você desmagnetizar esta mesma barra de ferro, não vai levantar nem uma moeda.

Da mesma forma, existem dois tipos de pessoas. Aquelas que são magnetizadas e estão cheias de fé e confiança. Elas sabem que elas nascem para o sucesso e a vitória. Já outras são desmagnetizadas. Elas vivem cheias de dúvidas e medos. Quando uma oportunidade chega, elas dizem: “E se eu falhar? Vou perder o meu dinheiro. As pessoas vão rir de mim.” As pessoas deste tipo não vão muito longe na vida. O medo de ir para frente os faz simplesmente ficar onde estão.

Torne-se uma pessoa magnetizada e descubra como colocar em prática o maior segredo de todos os tempos.

O MAIOR SEGREDO DE TODOS OS TEMPOS.

Suponha que alguém pediu a você para lhe dizer qual o maior segredo de todos os tempos. O que você responderia? A Energia Atômica? As Viagens interplanetárias? Os Buracos negros? Não, não seria nenhum deles. Então, qual é a resposta?

Onde alguém poderia encontrá-la? Como poderia ser compreendida e colocada em ação?

A resposta é extremamente simples. O Segredo é o maravilhoso poder de operar milagres existente em sua própria mente subconsciente. Este, é o último lugar onde a maioria das pessoas iria procurá-lo, o que é o motivo pelo qual tão poucos o conhecem.

O PODER MARAVILHOSO DO SEU SUBCONSCIENTE.

Uma vez que você aprender a contatar e liberar o poder oculto de seu subconsciente, você poderá trazer mais poder, mais riqueza, mais saúde, mais felicidade e mais alegria em sua vida.

Você não precisa adquirir esse poder. Você já o possui. Mas você terá que aprender a usá-lo. Você deve entender isso para que você possa aplicá-lo em todos os aspectos da sua vida.

Se você seguir as técnicas e processos simples explicados neste livro, você pode ganhar o conhecimento e compreensão necessários. Você pode ser inspirado por uma nova luz, e pode gerar uma nova força que permite a você realizar suas esperanças e fazer todos os seus sonhos realidade.

Decida agora tornar sua vida mais grandiosa, maior, mais rica e mais nobre do que nunca.

Dentro das profundezas do seu subconsciente se esconde toda a sabedoria e poder infinitos, um suprimento ilimitado de tudo que é necessário. E está lá esperando por você para dar-lhe desenvolvimento e expressão

necessários. Se você começar agora a reconhecer estas potencialidades de sua mente mais profunda, elas assumirão sua forma no mundo exterior.

A inteligência infinita em seu subconsciente pode revelar a você tudo que você precisa saber em qualquer momento e em qualquer lugar, desde que você esteja receptivo em sua mente. Você pode receber novos pensamentos e ideias, trazer à luz novas invenções, fazer novas descobertas, criar novas obras de arte. A inteligência infinita do seu subconsciente pode dar acesso a maravilhosas formas de conhecimento. Deixe-o revelar-se a você e ele vai abrir o caminho para a expressão perfeita e seu verdadeiro lugar na vida.

Através da sabedoria de sua mente subconsciente, você pode atrair o companheiro ideal, bem como o negócio certo, sociedade ou parceria. Pode mostrar-lhe como conseguir todo o dinheiro que você precisa e lhe dar a liberdade financeira da maneira como você deseja em seu coração.

É seu direito descobrir este mundo interior do pensamento, sentimento, de força, luz, amor e beleza. Embora invisível, suas forças são poderosas. Em seu subconsciente você encontrará a solução para cada problema e a sua causa e efeito. Uma vez que você aprender a extrair todos esses poderes ocultos em você, você estará em posse do poder real e da sabedoria necessária para avançar na abundância, segurança e alegria.

Eu já vi o poder do subconsciente tirar pessoas da sarjeta, tornando-as vitoriosas, fortes e saudáveis novamente. Suas mentes os libertaram a sair para o mundo e para experimentarem a felicidade, saúde e a expressar alegria. Há uma força curativa milagrosa no seu subconsciente que pode curar a mente perturbada e o coração partido. Ela pode abrir a porta da prisão da mente e lhe libertar. Ela pode livrá-lo de todos os tipos de escravidão física e material.

A NECESSIDADE DE SE CONSTRUIR UM ALICÉRCE.

Se você pretende progredir em qualquer ramo de atividade, há primeiro um passo essencial. Você deve descobrir as regras básicas de operação que são fundamentais em sua aplicação. Então antes de tornar-se realmente hábil na operação de sua mente subconsciente, você deve entender como funciona os seus princípios. Quando forem dominados, você poderá aplicá-los e irá poder experimentar os resultados obtidos. Você poderá utilizar esses poderes para os fins específicos e objetivos definidos que você deseja realizar.

Por muitos anos, eu exerci a profissão de químico. Uma das primeiras

coisas que aprendi na minha formação inicial foi que se você combinar dois átomos de hidrogênio e um de oxigênio, o produto será água - não ocasionalmente ou na maioria das vezes, mas sempre. Se você pegar um átomo de oxigênio e um átomo de carbono e combiná-los, você irá produzir monóxido de carbono, um gás venenoso. Mas se você adicionar outro átomo de oxigênio, você irá receber dióxido de carbono, um gás que é inofensivo para animais e vital para as plantas. Estes fatos são universais e imutáveis. Eles são o que chamamos de princípios.

Os princípios servem de base para a compreensão da sua mente subconsciente, assim como servem para a compreensão da química, física e matemática. Se você quiser fazer uso de substâncias químicas ou forças físicas, você deve aprender os princípios desses campos. Se você quiser fazer uso da força de sua mente subconsciente, você deve aprender seus princípios.

Pegue um princípio geralmente aceito, *A água sempre procura seu próprio nível*. Este é um princípio universal. Aplica-se à água por toda parte, a qualquer momento e para todos os líquidos que se comportam como a água.

Os antigos egípcios sabiam deste princípio. Eles o usaram para fazer as fundações das grandes pirâmides deixando-as perfeitamente niveladas. Hoje, os engenheiros ainda o usam para planejar de tudo, desde um sistema de irrigação até uma usina hidrelétrica.

Em outro princípio: *A Matéria se expande quando aquecida*. Também é verdade em qualquer lugar, a qualquer momento e em todas as circunstâncias. Se você aquecer um pedaço de aço, vai expandir, se o aço é encontrado na China, Inglaterra, Índia, ou numa estação espacial em órbita.

A matéria se expande quando aquecida.... Esta é uma verdade universal. Também é uma verdade universal que tudo o que você registra em sua mente subconsciente é expresso na tela do espaço como condição, experiência e evento.

Sua oração é atendida porque sua mente subconsciente é o princípio e por ser o princípio é a forma como a coisa funciona. Por exemplo, um princípio importante da eletricidade é que ela opera de uma potência superior para uma potência inferior. Você não altera o princípio da eletricidade quando você acende uma lâmpada ou cozinha em um forno elétrico. Ao contrário, você se utiliza do princípio. Ao cooperar com a natureza, você pode criar maravilhosas invenções e realizar descobertas que abençoe a humanidade de inúmeras maneiras.

Sua mente subconsciente é o princípio. Ela funciona de acordo com a Lei da Fé. Você deve saber o que é a Fé, por que ela funciona e como ela funciona. A Bíblia diz de forma simples, clara e bela:

Eis que vos digo a verdade: Quem disser a este monte: ‘Erga-te e lança-te no mar’, e não duvidar no coração, mas tiver fé em que aquilo que disser vai acontecer, assim acontecerá. (Marcos 11, versículo 23).

A lei da sua mente é a lei da fé. Isto significa que acreditar em como sua mente funciona, é acreditar na fé em si. Acredite que a fé de sua mente é o pensamento que nela predomina, é apenas isso e nada mais.

Todas as suas experiências, eventos, condições e atos são produzidos por sua mente subconsciente em reação aos seus pensamentos. Lembre-se, não é a coisa que se acredita, mas a crença em sua própria mente que traz o resultado. Parem de aceitar as falsas crenças, opiniões, superstições e medos que afligem a nossa humanidade. Comece a acreditar nas verdades eternas e verdades da vida que nunca mudam. A partir de então você irá mover-se para a frente, para cima, e em direção a Deus.

Todo aquele que ler este livro e aplicar fielmente os princípios da mente subconsciente que serão definidos, daqui para frente, irá ganhar a capacidade de orar eficaz e cientificamente para si e para os outros. Sua oração será respondida de acordo com a lei universal da ação e reação.

O pensamento é ação incipiente. A reação é a resposta da sua mente subconsciente que corresponde à natureza do seu pensamento. Encha sua mente com os conceitos de harmonia, saúde, paz e boa vontade, e maravilhas vão acontecer em sua vida.

A DUALIDADE DA MENTE.

Você tem apenas uma mente, mas sua mente possui duas partes distintas com características e funções diferentes. A fronteira que separa essas partes é bem conhecida para os estudantes da mente. As duas funções de sua mente são essencialmente diferentes. Cada uma tem seus próprios poderes e atributos distintos e separados.

Muitos nomes têm sido utilizados para distinguir as duas funções da mente. Entre muitos se incluem: mente objetiva e subjetiva, consciente e subconsciente, mente ativa e passiva, superficial e submersa, voluntária e involuntária, masculina e feminina e muitos outros nomes. Todos eles, qualquer que sejam as suas implicações, são reconhecimentos desta dualidade essencial.

Ao longo deste livro, eu uso os termos consciente e subconsciente, para

representar a natureza da dualidade de nossas mentes. Se algum outro conjunto de termos é mais fácil para você, sinta-se livre para usá-los. O ponto essencial a considerar é reconhecer a natureza dupla da mente.

O CONSCIENTE E O SUBCONSCIENTE.

Uma ótima maneira de se familiarizar com as duas funções de sua mente é pensar em um jardim. Você é o jardineiro. Você planta sementes de pensamento em sua mente subconsciente o dia todo. Grande parte do tempo você não está mesmo ciente de fazê-lo, porque as sementes são baseadas em seus pensamentos habituais. Conforme você semeia em seu subconsciente, então, você colherá em seu corpo e no ambiente.

Imagine sua mente subconsciente como uma camada de solo rico que fará com que todos os tipos de sementes germinem e floresçam conforme sua natureza, sejam elas boas ou más. Se por acaso você semeia espinhos, não espere colher uvas, pois espinhos é o que verá. Se você semear cardos, não espere colher figos. Cada pensamento é uma causa, e toda condição é um efeito. Por isso é essencial que você cuide de seus pensamentos. Dessa forma, você poderá trazer apenas as condições desejáveis.

Comece agora a semear pensamentos de paz, felicidade, boas ações, boa vontade e prosperidade. Pense calmamente e com convicção sobre essas qualidades. Aceite-os plenamente em sua mente racional e consciente. Continue a plantar estas maravilhosas sementes de pensamento no jardim de sua mente e você vai colher uma gloriosa colheita.

Quando sua mente pensa corretamente, quando você entender a verdade, quando os pensamentos depositados em seu subconsciente forem construtivos, harmoniosos e pacíficos, a magia do poder do seu subconsciente responderá. Trará condições harmoniosas, ambiente agradável e o melhor de tudo. Uma vez que você começa a controlar seus processos de pensamento, você pode aplicar os poderes de seu subconsciente a qualquer problema ou dificuldade. Você realmente vai estar conscientemente cooperando com o poder infinito e a lei onipotente que governa todas as coisas.

Olhe ao seu redor. Onde quer que você viva, qualquer que seja seu nível social, você vai notar que a grande maioria das pessoas vive no mundo exterior. Aqueles que são mais iluminados, no entanto, são intensamente envolvidos com o mundo interior. Eles percebem - assim como você também - que o mundo interior cria o mundo exterior. Seus pensamentos, sentimentos e imagens visualizadas são os princípios de organização de sua experiência. O mundo interno é o poder puramente criador. E tudo o

que você encontra no seu mundo expresso (externo) foi criado por você no mundo interior em sua mente, seja consciente ou inconscientemente.

Uma vez que você aprender a verdade sobre a interação de suas mentes conscientes e subconscientes, você será capaz de transformar toda a sua vida. Se você deseja mudar seu estado externo, você deve mudar a causa. A maioria das pessoas tenta mudar seu condicionamento e circunstâncias tentando mudar tudo o que está em derredor. Isto é um desperdício de tempo e esforço terrível. Eles não conseguem ver que suas condições fluem de uma causa. Para remover a discórdia, a confusão, a escassez e a limitação de sua vida, você deve remover a causa. E a causa é justamente o modo com que você usa sua mente consciente, os pensamentos e as imagens que você constantemente ativa sobre ele. Alterando a causa, se altera o efeito. É simples assim.

Todos nós vivemos num oceano insondável de riquezas infinitas. Seu subconsciente é muito sensível aos seus pensamentos conscientes. Esses pensamentos conscientes formam a matriz através da qual agem a inteligência infinita, sabedoria, forças vitais e energias do seu fluxo subconsciente. Molde essa matriz em uma direção mais positiva para redirecionar essas energias infinitas para seu maior benefício.

Cada capítulo deste livro dá ilustrações concretas, específicas de como aplicar as leis da mente. Uma vez que você aprender a usar essas técnicas, você experimentará abundância em vez de pobreza, sabedoria em vez de superstição e ignorância, paz ao invés de conflitos internos, sucesso em vez de fracasso, alegria em vez de tristeza, luz em vez de escuridão, harmonia, em vez de discórdia, fé e confiança em vez de medo. Poderia haver algo mais maravilhoso do que todo esse conjunto de bênçãos?

A maioria dos grandes cientistas, artistas, poetas, cantores, escritores e inventores tiveram uma profunda compreensão do funcionamento das mentes conscientes e subconscientes. Foi isso que lhes deu o poder de realizar seus objetivos.

Enrico Caruso, o grande tenor de ópera, certa vez, ficou abalado com o medo do palco. Espasmos causados pelo seu medo intenso contraíam os músculos de sua garganta. Suas cordas vocais ficavam paralisadas e inúteis. Ele estava nos bastidores, já vestido a rigor, enquanto o suor derramava-se pelo seu rosto. Em alguns momentos ele iria ter que se apresentar ao palco e cantar, perante um público ávido de milhares de pessoas.

Tremendo, ele disse, “Não posso cantar. Todos vão rir de mim. Minha carreira está acabada. ”

Ele virou-se para voltar ao camarim dele, então, de repente, ele parou e gritou: “O Pequeno Eu está a tentando estrangular o Grande Eu interior! ”

Ele virou em direção ao palco novamente e afirmou mais alto. “Saia logo daqui”, ele comandou, dirigindo-se ao Pequeno EU. “O Grande Eu quer cantar através de mim. ”

Ao dizer: Grande Eu, Caruso referia-se ao poder ilimitado e a sabedoria de sua mente subconsciente. Ele começou a gritar, “Afasto-se, afaste-se, o Grande Eu vai cantar! ”

Seu subconsciente o respondeu liberando as forças vitais dentro dele. Quando foi anunciado, ele subiu no palco e cantou gloriosa e majestosamente. O público estava encantado.

De acordo com o que você já aprendeu aqui, você pode ver que o Caruso entendia os dois níveis da mente - o consciente ou racional e o nível subconsciente ou irracional. Seu subconsciente é reativo. Ele responde à natureza de seus pensamentos. Quando sua mente consciente (Pequeno EU de Caruso) fica cheia de medo, preocupação e ansiedade, as emoções negativas nelas criam reações em sua mente subconsciente (o Grande Eu). Que, em reação, passa a inundar a mente consciente com uma sensação de pânico, maus pressentimentos e desespero. Quando isso acontece, você deve seguir o exemplo do grande Caruso. Você pode falar afirmativamente e com um profundo senso de autoridade sobre as emoções irracionais geradas em sua mente mais profunda. Você pode dizer, *“Se acalme. Fique quieta. Eu estou no controle. Você deve me obedecer. Está sujeita a meu comando. Você não pode se intrometer no que não lhe confere. ”*

Você ficará fascinado ao ver o que acontece quando você fala com autoridade e com convicção ao movimento irracional do seu mais profundo ser. Sua mente será inundada com harmonia e paz. O subconsciente está sujeito à mente consciente. É por isso que é chamado de subconsciente ou subjetivo.

DIFERENÇAS IMPORTANTES E MODOS DE OPERAÇÃO.

A mente consciente é como um capitão na cabine de comando de um navio. Ele dirige o navio. Ele envia ordens para homens e mulheres na sala de máquinas. Que por sua vez controlam as caldeiras, instrumentos, manômetros e assim por diante. As pessoas na sala de máquinas não sabem onde elas estão indo. Elas seguem as ordens. Elas iriam de encontro às rochas se o homem no comando as dessem instruções erradas ou falsas, com base em suas leituras da bússola, do sextante ou outros instrumentos

de navegação. As pessoas na sala de máquinas obedecem-no, porque o capitão é quem está no comando. Porque ele supostamente deve saber o que ele está fazendo, os membros da tripulação não questionam ao Capitão. Eles simplesmente acatam as suas ordens.

O capitão é o comandante de seu navio, e seus decretos são realizados. Da mesma forma, a sua mente consciente é o capitão e o comandante de seu navio - seu corpo, seu ambiente e todos os seus assuntos. Sua mente subconsciente toma as ordens que você dá, com base no que sua mente consciente acredita e aceita como verdade. Ele não questiona as ordens ou as fontes que as motivam.

Se você diz repetidamente para si mesmo, “Não posso comprar isso”, sua mente subconsciente aceita o que você diz. Ela vê que você não está em posição de comprar o que quer. Caso você continue dizendo, “Não posso pagar esse carro, essa viagem de férias ou essa casa”, você pode ter certeza que sua mente subconsciente seguirá as suas ordens. Você vai passar a vida experimentando a falta de todas estas coisas, e você vai acreditar que as circunstâncias o levaram a isso. Não vai perceber que é você quem tem criado essas circunstâncias, por suas próprias negações e pensamentos negativos.

Numa véspera de Natal, uma jovem mulher chamada Nina, uma estudante da Universidade de Southern Califórnia, caminhava através de uma chique área comercial de Beverly Hills. Sua mente estava cheia de expectativa. Ela estava prestes a passar as férias com a família dela, em Buffalo, Nova Iorque.

Ao passar na frente da vitrine de uma loja, Nina viu uma linda bolsa tiracolo, de couro espanhol, que a encantou logo ao avista-la. Então foi em seguida que ela reparou o preço e quase engasgou.

Ela já estava prestes a dizer a si mesma, “Eu nunca poderei comprar uma bolsa tão cara”.

Foi então que ela se lembrou de algo que ela tinha me ouvido dizer em uma de minhas palestras. “Nunca termine uma afirmação negativa. Inverta-a imediatamente e maravilhas vão acontecer em sua vida. “

Olhando através do vidro, ela disse, “*Essa bolsa é minha. Está para vender. Eu acredito mentalmente, e meu subconsciente fará com que eu a receba.*”

Mais tarde naquele dia, Nina se encontrou com seu noivo para um jantar de despedida. Ele chegou com um presente embrulhado elegantemente debaixo do braço. Segurando a respiração, ela o desembalhou. E lá estava

a bolsa tiracolo de couro idêntica à que ela tinha visto com seus próprios olhos naquela mesma manhã. Ela tinha enchido sua mente com o pensamento de expectativa. Então ela tinha tornado real o que estava na sua mente mais profunda, que tem o poder de realização.

Em outra ocasião, a Nina me disse, “Eu não tinha dinheiro para comprar aquela bolsa, mas agora ela é minha. Eu aprendi onde encontrar dinheiro e tudo o que eu preciso, este lugar é a casa de tesouro da eternidade dentro de mim. ”

COMO SEU SUBCONSCIENTE RESPONDEU.

Há alguns meses atrás eu recebi uma carta de uma mulher chamada Ruth que assistia às minhas palestras. Ela escreveu:

Eu estou com setenta e cinco anos de idade, sou uma viúva e meus filhos já são crescidos. Eu estava morando sozinha, em uma pequena pensão com minha aposentadoria. Minha vida parecia estéril, sem esperança. Então me lembrei de sua palestra sobre os poderes da mente subconsciente. Você disse que ideias poderiam ser transmitidas para a mente subconsciente por repetição, fé e expectativa. Poderia isso ser verdade? Eu decidi tentar. Eu não tinha nada a perder.

Eu comecei a repetir com frequência, com todo o sentimento que eu poderia reunir, “Sou querida. Sou amada. Eu estou casada com um homem amável e espiritualizado. Estou segura e realizada”.

Continuei afirmando isso várias vezes por dia por duas semanas. Um dia na farmácia da esquina, fui apresentada a um farmacêutico aposentado. Ele logo demonstrou ser uma pessoa gentil, compreensiva e muito religiosa. Ele era a resposta perfeita à minha oração. Dentro de uma semana ele me pediu em casamento. Agora estamos juntos na nossa lua de mel pela Europa. Eu sei que a inteligência dentro de minha mente subconsciente aproximou a nós dois juntos pela divina ordem.

Ruth descobriu que a casa do tesouro estava dentro dela. Sua oração foi sentida em verdade no seu coração e sua afirmação se aprofundou ao seu subconsciente, que é o meio criativo. No momento em que ela conseguiu encontrar uma personificação subjetiva, sua mente subconsciente trouxe a resposta através da lei da atração. Sua mente mais profunda, cheia de sabedoria e inteligência, uniu ela e o novo marido em ordem divina.

-Certifique-se de refletir sobre isso:

Finalmente, irmãos, tudo o que for verdadeiro, tudo o que for respeitável, tudo o que for justo, tudo o que for puro, tudo o que for amável, tudo o

que for de boa fama, se alguma virtude houver ou se algum louvor existe, que seja isso que ocupe o vosso pensamento. (Filipenses 4, versículo 8).

IDEIAS QUE VALEM A PENA RECORDAR.

- A casa do tesouro está dentro de você. Olhe para dentro de si e procure a resposta para o desejo do seu coração.
- O grande segredo possuído pelos grandes homens de todos os tempos foi a capacidade de entrar em contato com seu subconsciente e liberar seus poderes. Você pode fazer o mesmo.
- Seu subconsciente tem a resposta para todos os problemas. Se você sugerir ao seu subconsciente antes de dormir, “Quero acordar às 6 horas, ” ele vai te acordar na hora exata.
- Sua mente subconsciente é a construtora de seu corpo e pode curá-lo. Ponha-se para dormir todas as noites com a ideia de saúde perfeita e seu subconsciente, sendo seu servo fiel, lhe obedecerá.
- Cada pensamento é uma causa, e toda condição é um efeito.
- Se você quer escrever um livro, escrever uma peça maravilhosa, falar melhor com seu público, transmita essa ideia com amor e sensibilidade para sua mente subconsciente e ela responderá de acordo.
- Você é como um capitão comandando um navio. Ele deve dar as ordens certas, ou pode levar o navio a afundar. Da mesma forma, você deve dar as ordens certas (pensamentos e imagens) para sua mente subconsciente, que controla e governa todas as suas experiências.
- Nunca use tais expressões como “Não ter isto” ou “Não posso fazer isso”.
- Sua mente subconsciente o leva a encontrar-se com o que se afirma. Se ainda não possui o dinheiro ou a capacidade de fazer aquilo que você quer, afirme: “Eu posso fazer todas as coisas através do poder de meu subconsciente. ”
- A lei da vida é a lei da crença. A crença é um pensamento em sua mente. Não acredite em coisas que vão te prejudicar ou magoar. Acredite no poder do seu subconsciente para curar, inspirar, fortalecer e fazer você prosperar. Que seja feito conforme a sua fé.
- Mude seus pensamentos e você muda o seu destino.

CAPÍTULO 2 - COMO FUNCIONA A SUA MENTE.

Sua mente é seu bem mais precioso. Ela está sempre com você, mas seus poderes mais incríveis só serão seus quando você aprender a usá-la. Como já vimos, há dois níveis em sua mente - o nível consciente ou racional e o nível subconsciente ou irracional. Você pensa com sua mente consciente, e tudo o que você pensa habitualmente se propaga em seu subconsciente, que reage de acordo com a natureza de seus pensamentos. Sua mente subconsciente é a sede das suas emoções. É a mente criativa. Se você pensa em coisas boas, coisas boas se seguirão. Se você pensa em coisas ruins, coisas ruins acontecerão. Esta é a maneira como sua mente funciona.

O ponto mais importante a lembrar é: uma vez que a mente subconsciente aceita uma ideia, começa a executá-la. É uma verdade surpreendente e sutil que a lei da mente subconsciente trabalha para boas e más ideias iguais. Esta lei, quando aplicada de forma negativa, é a causa de fracasso, frustração e infelicidade. Quando seu pensamento habitual é construtivo e harmonioso, no entanto, você tem prosperidade, sucesso e saúde perfeita.

A paz de espírito e um corpo saudável são inevitáveis, uma vez que você começar a pensar e sentir da maneira certa. Tudo o que focar mentalmente e sentir como verdadeiro, seu subconsciente aceitará e formará um meio para experimentar o que pensa. Tudo o que você precisa, é fazer com que seu subconsciente a aceite a sua ideia. Quando isso acontece, a lei da sua mente subconsciente trará a saúde, paz e prosperidade que você deseja. Você dá o comando ou o decreto, e seu subconsciente reproduzirá fielmente a ideia expressa sobre ele.

A lei da sua mente é esta: A reação ou a resposta que você recebe de sua mente subconsciente será determinada pela natureza do pensamento ou ideia que você mantenha em sua mente consciente.

Psicólogos e psiquiatras apontam que quando os pensamentos são transportados à sua mente subconsciente, impressões são feitas em células do cérebro. Assim que seu subconsciente aceita qualquer ideia, começa a processá-la para colocá-la em prática imediatamente. Trabalhando por associação de ideias, ele usa cada pedaço de conhecimento que você juntou em sua vida para realizar seu propósito. Inspira-se na força infinita, na energia e sabedoria dentro de você. Ele alinha-se a todas as leis da natureza para obter o seu caminho. Às vezes parece trazer uma solução imediata para suas dificuldades, mas às vezes pode demorar dias, semanas ou mais. Seus métodos estão fora de nossa compreensão.

AS DIFERENÇAS ENTRE O CONSCIENTE E O

SUBCONSCIENTE.

Você deve lembrar-se que o consciente e o subconsciente não são duas mentes. Eles são apenas duas esferas de atividade dentro de uma única mente. Seu consciente é a mente do raciocínio. É nessa fase da mente que realizamos nossas escolhas. Por exemplo, você escolhe seus livros, sua casa e seu parceiro na vida. Você faz todas as suas decisões com sua mente consciente. Por outro lado, sem qualquer escolha consciente de sua parte, o funcionamento do seu coração é mantido automaticamente, e as funções vitais da digestão, circulação e respiração são exercidas por sua mente subconsciente através de processos independentes do seu controle consciente.

Seu subconsciente aceita o que é impresso sobre ele, ou aquilo o que você acredita conscientemente. Ele não considera a razão das coisas assim como faz sua mente consciente, e não argumenta com você em controvérsia. Sua mente subconsciente é como um tipo de solo que aceita qualquer tipo de semente, boa ou má. Seus pensamentos que estão ativos, são as sementes. Pensamentos negativos e destrutivos continuam a trabalhar negativamente em sua mente subconsciente. Cedo ou tarde, vão emergir e tomar forma como uma experiência exterior que corresponde ao seu conteúdo.

Lembre-se que seu subconsciente não se encarrega de provar se seus pensamentos são bons ou maus, verdadeiros ou falsos. Ele responde de acordo com a natureza de seus pensamentos ou sugestões. Por exemplo, se você conscientemente assumir que algo é verdadeiro, mesmo que seja falso, sua mente subconsciente irá aceitá-lo como verdadeiro e irá trabalhar para trazer os resultados que devem necessariamente seguir de acordo com o que você conscientemente assumiu que fosse verdade.

EXPERIÊNCIAS DE PSICÓLOGOS.

Psicólogos e pesquisadores têm realizado inúmeras experiências em pessoas que estão em um transe hipnótico. Esta pesquisa mostra claramente que o subconsciente não faz as seleções e comparações que são necessárias para um processo de raciocínio. Sua mente subconsciente aceitará qualquer sugestão, ainda que falsa. Uma vez tendo aceito qualquer sugestão, ela responde de acordo com a natureza da sugestão dada.

Para ilustrar quão sugestivo é seu subconsciente, se um hipnotizador experiente sugerisse para um dos seus pacientes que ele é Napoleão Bonaparte, ou mesmo um gato ou um cão, o paciente vai personificar a sugestão com precisão inimitável. Sua personalidade torna-se outra durante aquele momento. Ele acredita ser tudo o que o operador dele diz

que ele é.

Um hábil hipnotizador pode sugerir para um de seus alunos no estado hipnótico que suas costas coçam, para outro que seu nariz está sangrando, para outro que ele é uma estátua de mármore, para outro que ele está frio e a temperatura está abaixo de zero. Cada um vai seguir a linha da sua sugestão particular, totalmente alheio a todos esses ambientes que não pertencem à sugestão hipnótica.

Estas ilustrações simples retratam a diferença entre o consciente, a mente de raciocínio e seu subconsciente, que é o impessoal, não seletivo e aceita como verdade tudo o que seu consciente acredita ser verdadeiro. Daí a importância da seleção de pensamentos, ideias e premissas que abençoem, curem, inspirem e preencham sua alma de alegria.

ESCLARECIMENTOS DAS CONDIÇÕES DAS MENTES OBJETIVA E SUBJETIVA.

Frequentemente sua mente consciente é nominada como mente objetiva, porque ela lida com objetos externos. A mente objetiva é ciente do mundo concreto. Seus meios de observação são seus cinco sentidos físicos. Ela é seu guia e comanda seu contato com seu ambiente. Você ganha conhecimento através de seus cinco sentidos. Sua mente objetiva aprende através da observação, experiência e educação. Como anteriormente apontado, a maior função da mente objetiva é o raciocínio.

Suponha que você é um dos milhares de turistas que visitam o Grand Canyon todos os anos. Você chegaria à conclusão de que ele é uma das maravilhas naturais mais incríveis do mundo. Esta conclusão seria baseada em sua observação de sua incrível profundidade, dos formatos complexos das formações rochosas, do bonito jogo de cores entre os diferentes estratos geológicos. Este é o trabalho de sua mente objetiva.

Já a sua mente subconsciente é referida como sua mente subjetiva. Sua mente subjetiva está ciente de seu ambiente, mas não através dos sentidos físicos. Sua mente subjetiva percebe por intuição. É a sede de suas emoções e o armazém da memória. Ela executa suas funções mais elevadas quando seus sentidos objetivos não estão funcionando. Em outras palavras, ela é a inteligência que se revela quando a mente objetiva está suspensa ou em um estado de sono.

Sua mente subjetiva enxerga sem o uso dos órgãos naturais da visão. Ela tem a capacidade de clarividência e clariaudiência: pode ver e ouvir os eventos que estão ocorrendo em qualquer lugar. Sua mente subjetiva pode

deixar seu corpo, viajar para terras distantes e trazer informações que frequentemente são do caráter mais exato e verdadeiro. Através da sua mente subjetiva você pode ler os pensamentos dos outros, ler o conteúdo de envelopes selados, ou de livros e jornais fechados.

Uma vez que entendemos a interação entre as mentes objetiva e subjetiva, estaremos em uma melhor posição para aprender a verdadeira arte da oração.

O SUBCONSCIENTE NÃO PODE ARGUMENTAR COMO SUA MENTE CONSCIENTE.

Seu subconsciente não tem a capacidade de discutir ou contestar o que é dito a ele. Se você der informações erradas, elas serão aceitas como verdadeiras. Ele então irá trabalhar para fazer com que as informações existam. Ele vai processar suas sugestões, mesmo aquelas que eram falsas, para passarem a ser condições, experiências e eventos reais.

Tudo o que aconteceu com você aconteceu por causa de pensamentos impressos em sua mente subconsciente através da crença. Se você transmitiu conceitos errados ou distorcidos para seu subconsciente, é da mais urgente importância que você os corrija. A melhor maneira de fazer isso é repassar pensamentos construtivos e harmoniosos, várias e várias vezes para sua mente subconsciente. Ao repeti-los frequentemente, seu subconsciente irá aceitá-los. Desta forma, você pode formar novos e saudáveis hábitos de vida e pensamento, para sua mente subconsciente ser a sede desses hábitos.

O pensamento habitual da sua mente consciente estabelece sulcos profundos em seu subconsciente. Se seus pensamentos habituais são harmoniosos, pacíficos e construtivos, sua mente subconsciente responderá criando condições construtivas, paz e harmonia.

Você entregou-se ao medo, à preocupação e outras formas destrutivas de pensar? O remédio é reconhecer o poder de sua mente subconsciente e então passar a decretar liberdade, felicidade e saúde perfeita. Seu subconsciente, sendo criador e vinculado com a fonte divina, irá então começar a criar a liberdade e a felicidade que você sinceramente decretou.

O TREMENDO PODER DA SUGESTÃO.

Como você pode ver pelo que já discutimos, a sua mente consciente serve como a “sentinela no portão”. Uma de suas mais importantes funções é proteger sua mente subconsciente de falsas impressões. Esta é razão que

remonta a importância de uma das leis básicas da mente: Sua mente subconsciente é muito sensível à sugestão.

Como você sabe, seu subconsciente não faz comparações ou contrastes. Não raciocina e pensa nas coisas por si mesmo. Esta última função pertence à sua mente consciente. Seu subconsciente reage simplesmente às impressões que lhe são dadas pelo seu consciente. Ele não escolhe entre diferentes opções de meios de ação. Ele apenas aceita o que lhe é dado.

A sugestão é uma força extremamente poderosa. Imagine que você está a bordo de um navio que está balançando de ponta a ponta. Se você aproximar de um passageiro de olhar tímido e dizer, “Você não parece estar bem. Seu rosto está praticamente verde! Acho que você está ficando enjoado. Posso ajudá-lo a seguir para a sua cabine? “

O passageiro começa a ficar pálido. A sugestão que você acabou de fazer sobre um possível enjoo, associa-se a seus próprios medos e pressentimentos inconscientes. Ele permite que você o acompanhe para o deck inferior. Uma vez que ele chega lá, sua sugestão negativa, que ele aceitou, torna-se realidade.

REAÇÕES DIFERENTES À MESMA SUGESTÃO.

É importante ressaltar que pessoas diferentes vão reagir de maneiras diferentes para a mesma sugestão. Isto se deve ao fato de que elas possuem diferentes crenças ou condicionamentos subconscientes.

Suponha que, em vez de escolher um passageiro do navio, você se dirige a um membro da tripulação. Você diz, “Ei, amigo, você não parece tão bem. Parece que você está prestes a ficar enjoado. ”

Dependendo do temperamento do marinheiro, ele vai rir da sua piada sem graça ou vai dizer-lhe para desaparecer. Sua sugestão não tem qualquer poder sobre ele, porque a mente dele já possui imunidade à ideia de enjoo que se tenta associar. Portanto, não é o medo ou preocupação que fazem efeito, mas sim sua autoconfiança.

Um dicionário dirá a você que uma sugestão é o ato ou a instância de tentar colocar algo na mente de alguém. É o processo mental pelo qual o pensamento ou ideia que tem sido sugerida é entretida, aceita ou posta em prática. Lembre-se que, uma sugestão não pode impor-se sobre a mente subconsciente, se for contra a vontade da mente consciente. Sua mente consciente tem o poder de rejeitar a sugestão.

O marinheiro não tinha medo de enjoo. Ele estava convencido da sua imunidade, então a sugestão negativa não tinha qualquer poder de evocar o

medo. Mas o passageiro que já estava preocupado em evitar ficar doente. Aceitou, portanto, o poder que a sua sugestão teve sobre ele.

Todos nós temos nossos próprios medos interiores, crenças, opiniões. Estes pressupostos internos ordenam e governam nossas vidas. Uma sugestão não tem poder por si só. Seu poder decorre do fato de você aceitá-la mentalmente. Só a partir daí que seus poderes subconscientes começam a agir de acordo com a natureza da sugestão.

COMO ELE PERDEU O BRAÇO.

Por muitos anos, eu realizei regularmente uma série de palestras no Fórum da Verdade de Londres em Caxton Hall, que eu fundei a alguns anos atrás. Dra. Evelyn Fleet, a diretora, me contou sobre um homem cuja filha sofria de artrite reumatoide e de uma doença de pele dolorosa chamada psoríase. Eles tentaram muitos tratamentos, mas nada que os médicos fizeram pareceu ajudar. O homem estava perto do desespero. Por vezes, ele acabava dizendo, para si e para seus amigos, *“Eu daria meu braço direito para ver minha filha curada.”*

De acordo com a Dra. Fleet, um dia a família saiu para passear. O carro deles envolveu-se em uma colisão frontal e o braço direito do pai foi arrancado do ombro. Quando ele chegou em casa depois de passar um tempo internado no hospital, ele descobriu que a doença de pele e artrite da filha tinha desaparecido.

Você deve ser muito cauteloso para dar a seu subconsciente apenas sugestões que curam, abençoam, elevam e que o inspiram em todos os teus caminhos. Lembre-se, seu subconsciente não entende uma piada. Ele a segue ao pé da letra.

COMO A AUTO-SUGESTÃO EXPULSA O MEDO.

O termo auto-sugestão significa sugerindo algo definitivo e específico para si mesmo. Como qualquer ferramenta, usada erradamente pode causar dano, mas usada corretamente pode ser extremamente útil.

Janet era uma jovem e talentosa cantora. Ela foi convidada para uma audição de um papel importante em uma produção de ópera. Ela queria desesperadamente fazer o teste, mas ela também estava muito apreensiva.

Ela já havia falhado miseravelmente em três ocasiões anteriores, quando ela havia cantado para outros diretores. O motivo foi o medo do fracasso. Ela tinha uma voz maravilhosa, mas ela dizia a si mesma, “quando chega a hora de cantar, eu pareço horrível. Eu nunca vou pegar o papel. Eles não

gostam de mim. Eles vão se perguntar como eu tenho coragem de tentar. Eu vou, mas eu sei que vai ser um fracasso. ”

Seu subconsciente aceitava estas auto-sugestões negativas como um pedido. Ele começou a manifestá-las e trazê-las à sua experiência. A causa foi uma auto-sugestão involuntária. Seus pensamentos subjetivos emocionalizavam seus medos, que por sua vez, tornavam-se a realidade dela.

Esta jovem cantora foi capaz de superar a força de suas auto-sugestões negativas. Ela conseguiu reverter a situação usando a auto-sugestão positiva. O que ela fez foi isto. Três vezes por dia, ela ficava sozinha em um quarto silencioso. Ela sentava-se confortavelmente em uma poltrona, relaxava o corpo e fechava os olhos. Ela focalizava a mente e o corpo da melhor forma que podia. Sua inércia física favorecia a passividade mental e tornava a mente mais receptiva a sugestões.

Para neutralizar a sugestão de medo, ela repetia para si mesma, *“Eu canto muito bem. Eu sou equilibrada, serena, calma e confiante.”* A cada sessão ela repetia esta afirmação de cinco a dez vezes lentamente, com calma e sentimento. Ela fazia tais sessões três vezes durante o dia e uma ao deitar-se para dormir.

Depois de uma semana, ela estava completamente preparada e confiante. Quando chegou o fatídico dia, ela realizou uma audição maravilhosa e foi escalada para o papel.

COMO ELA RESTAUROU A MEMÓRIA DELA.

Conheci uma mulher de setenta e cinco anos de idade que sempre se orgulhou de sua capacidade de lembrar das coisas. Só que como todo mundo, ela esquecia as coisas de vez em quando, mas ela não se dava conta. No entanto, conforme ela envelhecia com o passar do tempo, ela começou a reparar nessas pequenas falhas e passou a se preocupar com elas. Daí cada vez que ela se esquecia de algo, ela acabava dizendo a si mesma, “Eu devo estar perdendo minha memória por causa da minha idade. ”

Como resultado desta auto-sugestão negativa, ela esquecia cada vez mais de nomes e eventos. Ela estava próxima do desespero. Então, felizmente, ela percebeu como ela estava sendo prejudicial a si mesma. Ela então resolveu reverter o processo. Toda vez que ela sentia a tentação de pensar, “Eu estou perdendo minha memória”, ela se interrompia imediatamente. Mais do que isso, deliberadamente invertia o procedimento.

Várias vezes ao dia, ela passou a praticar a auto-sugestão positiva e induzida. Ela dizia para si mesma:

De hoje em diante, minha memória está melhorando em todos os aspectos. Eu sempre me lembrarei de tudo o que eu precisar e lembrarei de cada momento no tempo e espaço oportuno. As impressões que recebo serão claras e específicas. Eu irei guardá-las com facilidade e de forma automática. Tudo o que eu quiser recordar imediatamente se apresentará na forma correta em minha mente. Estou melhorando rapidamente a cada dia. Muito em breve minha memória vai estar melhor do que jamais estive.

No final de três semanas, sua memória voltou ao normal.

COMO ELE SUPEROU SEU TEMPERAMENTO.

Eu fui consultado por um homem cujo casamento e carreira estavam ambos com sérios problemas. Seu problema era sua constante irritabilidade e mau humor. Ele ficava preocupado com o próprio bolso, mas se alguém tentasse conversar e discutir o assunto com ele, ele explodia de raiva. Constantemente ele mesmo dizia que todo mundo estava atrás dele e que ele tinha que se defender dos outros.

Para combater esta auto-sugestão negativa, aconselhei-o a usar a auto-sugestão positiva. Várias vezes durante a manhã, tarde e à noite antes de dormir - ele teria que repetir para si mesmo:

De agora em diante, eu devo aumentar o meu bom humor. Alegria, felicidade, e simpatia agora estão se tornando meus estados de espírito habituais. A cada dia estou me tornando cada vez mais amável e compreensivo. Serei uma fonte de ânimo e boa vontade com todos aqueles ao meu redor, contagiando-os com meu bom humor. Esse humor alegre, feliz e amável está se tornando meu estado normal e natural da mente. Já me sinto grato.

Depois de um mês, sua esposa e seus colegas de trabalho comentavam sobre o quanto sua convivência com ele melhorou.

ALGUNS COMENTÁRIOS SOBRE A HETEROSSUGESTÃO.

O termo heterossugestão significa sugestões de outra pessoa. Em todas as idades e em todas as partes do mundo, o poder da sugestão desempenhou um papel dominante na vida e no pensamento humano. Crenças políticas, crenças religiosas e costumes culturais, tudo prospera e se perpetua através do poder da heterossugestão.

A sugestão pode ser usada como uma ferramenta para a nossa própria disciplina e controle. No entanto, ela também pode ser usada para assumir o controle e comando sobre os outros que não foram ensinados a entender as leis da mente. Na sua forma construtiva é maravilhosa e magnífica. Mas em seus aspectos negativos são uns dos mais destrutivos padrões de resposta da mente. Podem resultar em padrões de miséria, fracasso, sofrimento, doença e desastre.

VOCÊ JÁ ACEITOU QUALQUER UMA DESSAS SUGESTÕES?

Desde o dia em que nascemos, somos bombardeados com sugestões negativas. Sem saber como combatê-las, nós inconscientemente as aceitamos e as fazemos ser uma parte de nossa experiência.

Aqui estão alguns exemplos de sugestões negativas:

Você não pode.

Você nunca vai ser nada.

Você não deve.

Você vai falhar.

Você não tem chance.

Está enganado.

Não adianta.

Não é o que você conhece, mas quem você conhece.

De que adianta, ninguém se importa.

Não adianta tentar tanto.

Você está muito velho agora.

As coisas estão ficando cada vez pior.

A vida é uma rotina sem fim.

Você não pode ganhar.

Cuidado, você vai pegar uma doença terrível.

Aceitando heterossugestões deste tipo, você colabora com sua realização. Como uma criança, você estava indefeso quando se confrontava com as sugestões de outras pessoas que eram importantes para você. Você não conhecia algo melhor. As mentes consciente e subconsciente, era um mistério que você nem mesmo imaginava que existia.

Agora na fase adulta, no entanto, você é capaz de fazer suas escolhas.

Você pode usar a auto-sugestão construtiva, que é uma terapia de recondicionamento, e mudar as impressões feitas em você no passado. O

primeiro passo é conscientizar-se das heterossugestões que estão impregnadas em você. Examine os padrões de comportamento que causam falhas em sua vida pessoal e social. A sugestão construtiva pode libertá-lo dessa massa de condicionamento negativo, ela pode reverter o seu padrão de vida, criando e desenvolvendo bons hábitos, antes difíceis ou mesmo impossíveis para a sua concepção.

VOCÊ PODE NEUTRALIZAR AS SUGESTÕES NEGATIVAS.

Leia as manchetes ou assista aos noticiários da televisão. Todos os dias, você houve dezenas de histórias que podem plantar em você sementes de futilidade, medo, preocupação, ansiedade e perigo iminente. Se você as aceitar em sua mente, esses pensamentos de medo podem levá-lo a perder a vontade de viver. No entanto, uma vez que você entende que você não tem que aceitá-las, oportunidades se abrirão para você. Você tem dentro de você o poder para neutralizar todas essas ideias destrutivas, dando à sua mente subconsciente a auto-sugestão construtiva.

Verifique regularmente as sugestões negativas que as pessoas fazem a você. Você não precisa estar à mercê de suas heterossugestões destrutivas. Todos nós sofremos com elas em nossa infância, na nossa adolescência e agora na idade adulta. Se você olhar para trás, você pode facilmente recordar como pais, amigos, parentes, professores e colaboradores contribuíram em uma campanha de sugestões negativas. Estude as coisas que foram ditas a você, analise atentamente o seu significado nas entrelinhas, e você vai descobrir que muitos deles não eram nada mais do que uma forma de propaganda enganosa. Seus verdadeiros propósitos eram convencer você, incutindo o medo em sua mente.

Este processo de heterossugestão acontece em cada casa, escritório, fábrica e clube. Você descobrirá que muitas das sugestões que as pessoas fazem, sabendo elas disso ou não, visam fazer com que você pense, sinta e faça como elas querem, são formas que garantem controle para elas, mesmo que sejam destrutivas para você.

COMO UMA SUGESTÃO MATOU UM HOMEM.

Um parente meu foi a uma célebre vidente de bola de cristal na Índia e pediu para a mulher para ler seu futuro. A vidente disse-lhe que ele tinha um coração doente. Ela previu que ele iria morrer na próxima lua nova. Meu parente ficou horrorizado. Ele ligou para todas as pessoas em sua família e contou-lhes sobre a previsão. Ele se encontrou com o advogado para certificar-se de que sua vontade fosse feita. Quando eu tentei

dissuadi-lo de sua convicção, ele me disse que a vidente era conhecida por ter incríveis poderes ocultos. Ela poderia prever o bem ou o mal com grande exatidão. Ele estava convencido da veracidade do que lhe foi dito.

Quando a lua nova se aproximou, ele ficou ainda mais isolado. Um mês antes disso esse homem era feliz, saudável, vigoroso e robusto. Agora ele era um inválido. Na data prevista, ele sofreu um ataque cardíaco fatal... Ele morreu sem saber que ele mesmo era a causa de sua própria morte.

Quanto de nós já ouvimos histórias semelhantes e nos arrepiamos só de pensar que o mundo está cheio de forças misteriosas e incontroláveis? Sim, o mundo está cheio de forças, mas não são nem misteriosas nem incontroláveis. Meu parente acabou se matando, permitindo que uma sugestão poderosa entrasse em sua mente subconsciente. Ele acreditava nos poderes da bola de cristal, então ele aceitou sua previsão por completo.

Vamos tomar um outro olhar para o que aconteceu, lembrando do modo de como funciona nosso subconsciente. Tudo o que a mente consciente, o raciocínio de uma pessoa acredita, a mente subconsciente aceitará e processará. Meu parente estava em um estado sugestivo quando ele foi se consultar com a vidente. Ela deu-lhe uma sugestão negativa, e ele a aceitou. Ele ficou apavorado. Ele constantemente murmurava sobre sua convicção de que ele ia morrer na próxima lua nova. Ele falou a todos sobre isso, e já se preparava para seu fim. Foi seu próprio medo e a expectativa do fim, aceitos como verdade por sua mente subconsciente, que ocasionou o acontecimento de sua morte.

A mulher que previu sua morte não tinha mais poder do que as pedras e paus no seu caminho. Sua sugestão em si não tinha qualquer poder de criar ou trazer o fim que ela sugeriu. Se ele conhecesse as leis da mente dele, ele teria rejeitado completamente a sugestão negativa e se recusaria a dar qualquer atenção às palavras dela. Se ele já tivesse tomado conhecimento sobre os negócios da vida, teria o conhecimento seguro que ele era governado e controlado por seus próprios pensamentos e sentimentos. A profecia da vidente teria sido inútil como uma bala de borracha, disparada contra um tanque blindado. Ele poderia facilmente ter neutralizado e dissipado a sugestão sem prejuízo para ele mesmo. Em vez disso, por falta de consciência e de conhecimento, ele permitiu que o matassem.

Em si, as sugestões dos outros não têm poder sobre você. Qualquer poder que eles têm, eles ganham porque você lhes confere através de seus próprios pensamentos. Você tem que dar seu consentimento mental. Você tem que entreter e aceitar o pensamento. Nesse ponto, ele se torna seu próprio pensamento, e seu subconsciente trabalha para fazer dele uma

experiência.

Lembre-se, você tem a capacidade de escolher. Escolha a vida! Escolha o amor! Escolha a saúde!

O PODER DE ASSUMIR UMA PREMISSA FUNDAMENTAL.

Desde os tempos da Grécia antiga, filósofos e pensadores têm estudado uma forma de raciocínio chamada de silogismo. Em termos práticos, pensar por silogismo significa que qualquer premissa fundamental que sua mente consciente assumir ser verdade, determinará que as conclusões de seu subconsciente também serão, não importa quão particular a questão ou o problema possa ser. Se suas premissas são verdadeiras, a conclusão deve ser verdadeira.

Por exemplo:

Toda virtude é louvável;

A bondade é uma virtude;

Portanto, a bondade é louvável.

Ou isso:

Todos os objetos existentes, se transformarão e passarão;

As pirâmides do Egito são objetos existentes;

Portanto, as pirâmides se transformarão e passarão.

A primeira instrução é referida como uma premissa fundamental, então logicamente a conclusão deve seguir necessariamente conforme sua premissa.

Um professor universitário que participou de algumas das minhas aulas de ciência-da-mente, na prefeitura da cidade de Nova York, veio falar comigo depois. Ele me disse, “tudo na minha vida está às avessas. Perdi amigos, riqueza e saúde. Tudo que toco dá errado. ”

Eu expliquei a ele que seus problemas são derivados logicamente e diretamente de suas premissas fundamentais auto-destrutivas. Para mudar de vida, ele teve que estabelecer uma nova premissa fundamental em seus pensamentos. Ele precisava aceitar como verdade a convicção de que a inteligência infinita de seu subconsciente o estava guiando, dirigindo e o fazendo prosperar espiritualmente, mental e materialmente. Uma vez que ele fez isso, sua mente subconsciente passou automaticamente a dirigi-lo com sabedoria em suas decisões, a curar seu corpo e restaurando a paz e tranquilidade em sua vida.

Este professor formulou uma nova imagem geral da forma como ele queria

que fosse a sua vida. Esta foi sua principal premissa:

A Inteligência infinita me conduz e orienta em todos os meus caminhos. A saúde perfeita me pertence, e a lei da harmonia opera em minha mente e corpo. Beleza, amor, paz e abundância são parte de mim. Os princípios de agir bem e na ordem divina governam toda a minha vida. Eu sei que minha principal premissa se baseia nas verdades eternas da vida, e sei, sinto e acredito que meu subconsciente responde de acordo com a natureza do pensamento da minha mente consciente.

Mais tarde, ele me escreveu a seguinte mensagem me contando seu progresso: “Eu repeti lentamente as novas premissas fundamentais que eu desejava, várias vezes ao dia de forma amorosa e em silêncio. Eu sabia que elas estavam se aprofundando no fundo de meu subconsciente. Eu fiquei convencido que as leis da mente fizeram os resultados aparecerem. Estou profundamente grato pela entrevista que você me deu, e eu gostaria de acrescentar que todos os aspectos da minha vida estão mudando para melhor. Funciona! ”

O SUBCONSCIENTE NÃO DISCUTE CONTROVÉRSIAS.

Seu subconsciente é todo-sábio. Ele sabe as respostas a todas as perguntas. No entanto, ele não sabe que sabe. Não discute com você ou fala contigo. Não diz, “Você não deve me influenciar com sugestões desse tipo. ”

Quando você diz, “Eu não posso fazer isso”, “Eu sou muito velho agora”, “Eu não posso encarar esta obrigação”, “Eu nasci no lado errado da vida”, “Eu não sei ser politicamente correto”, você está impregnando o seu subconsciente com pensamentos negativos. Ele responde em conformidade. Você na verdade está bloqueando seu próprio bem. Você está trazendo miséria, limitação e frustração em sua vida.

Quando você cultiva obstáculos, impedimentos e falsidades em sua mente consciente, você está negando a sabedoria e a inteligência que residem em seu subconsciente. Na verdade, você está dizendo com vigor que seu subconsciente não pode resolver seu problema. Isto leva a congestão mental e emocional, seguida por doenças e tendências neuróticas.

Para realizar seus desejos e superar sua frustração, corajosamente afirme várias vezes por dia:

A inteligência infinita que me deu este desejo me conduz, orienta e me revela o plano perfeito para a realização do meu desejo. Eu sei que a mais profunda sabedoria do meu subconsciente está respondendo agora, e o que eu sinto e reivindico por dentro é expresso por fora. Para tudo há um balanço, equilíbrio e harmonia.

Por outro lado, se você diz, “é impossível; eu estou perdido; não há como sair deste dilema; estou frustrado e travado”, você não vai ter nenhuma resposta ou retorno de seu subconsciente. Se você quer que o seu subconsciente trabalhe para você, você tem que dar o pedido certo e aceitar a sua cooperação. Ele está sempre trabalhando para você. Ele controla seus batimentos cardíacos e respiração neste minuto. Quando você corta um dedo, ele põe em ação o complexo processo de cura. Sua tendência mais fundamental é a vida. Ele está sempre procurando cuidar de você e te preservar.

Seu subconsciente é uma mente por si só, mas ele aceita seus padrões de pensamento e imagens. Quando você procura por uma resposta ou um problema, seu subconsciente responderá, mas antes ele espera que você venha com uma decisão e um julgamento de verdade em sua mente consciente. Você deve primeiro reconhecer que a resposta está na sua mente subconsciente. Se você diz, “não acho que há qualquer saída; tudo está confuso e misturado; por que não recebo uma resposta? ” Você está neutralizando sua oração. Como um soldado em guarda, você usa energia vital, mas você não segue em frente.

Relaxe as engrenagens da sua mente. Deixe-se levar. Afirme tranquilamente:

Meu subconsciente sabe a resposta. Está respondendo para mim agora. Dou graças porque eu sei que a infinita inteligência do meu subconsciente conhece todas as coisas e está revelando a resposta perfeita para mim agora. Minha convicção real está agora liberando a glória majestosa do meu subconsciente. Alegro-me, pois, assim será.

REVISÃO DE DESTAQUES.

- Pense no bem, e o bem virá. Pense no mal e o mal se seguirá. Você é o que você pensa ao longo dos dias.
- Sua mente subconsciente não discute com você. Ele aceita o que decreta a sua mente consciente. Se você diz, “Não posso pagar”, seu subconsciente trabalha para que seja verdade. Escolha um pensamento melhor. O decreto, “Eu vou comprá-lo. Eu aceito isso na minha mente. ”
- Você tem o poder de escolher. Escolha saúde e felicidade. Você pode optar por ser amigável, ou você pode optar por ser hostil. Opte por ser cooperativo, alegre, amigável, amável, e o mundo inteiro irá responder. Esta é a melhor maneira de desenvolver uma personalidade maravilhosa.
- Sua mente consciente é a “sentinela no portão”. Sua principal função é

proteger a sua mente subconsciente de falsas impressões. Escolha acreditar que algo de bom pode acontecer e está acontecendo agora. Seu maior poder é a sua capacidade de escolha. Escolha a felicidade e a abundância.

- As sugestões e afirmações dos outros não têm poder para te magoar. O único poder é o movimento de seu próprio pensamento. Você pode optar por rejeitar os pensamentos ou as declarações de outros e afirmar o bem. Você tem o poder de escolher como você vai reagir.

- Cuidado com o que dizes. Você vai prestar conta por cada palavra desperdiçada. Nunca diga, “Eu irei falhar; eu vou perder meu emprego; não posso pagar o aluguel.” Seu subconsciente não entende uma brincadeira. E fará com que tudo aconteça.

- Sua mente não é má. Nenhuma força da natureza é maligna. Depende de como você usa os poderes da natureza. Use sua mente para abençoar, curar e inspirar todas as pessoas em todos os lugares.

- Nunca diga, “Não posso”. Supere esse medo, substituindo-o pelo seguinte: “Eu posso fazer todas as coisas através do poder da minha mente subconsciente.”

- Comece a pensar do ponto de vista das verdades eternas e dos princípios da vida e não do ponto de vista do medo, da ignorância e superstição. Não deixe que os outros possam pensar por você. Escolha seus próprios pensamentos e tome suas próprias decisões.

- Você é o capitão da sua alma (mente subconsciente) e o mestre do seu destino. Lembre-se, você tem a capacidade de escolher. Escolha a vida! Escolha o amor! Escolha a saúde! Escolha a felicidade!

- Tudo o que sua mente consciente assume e acredita para ser verdade, sua mente subconsciente aceitará e levará a efeito. Acredite na boa ventura, na orientação divina, nas boas ações e em todas as bênçãos da vida.

CAPÍTULO 3 - O PODER MILAGROSO DO SUBCONSCIENTE.

O poder do seu subconsciente está além de toda medida. Ele o inspira e orienta. Ele chama cenas vívidas dos armazéns da memória. Seu subconsciente controla seus batimentos cardíacos e a circulação do seu sangue. Regula a digestão, assimilação e eliminação.

Quando você come um pedaço de pão, sua mente subconsciente o transforma em tecido, músculo, osso e sangue. Estes processos estão além do Q.I. da pessoa mais sábia que caminha sobre a terra. Sua mente subconsciente controla todos os processos vitais e funções do seu corpo. Se ele controla, ele sabe a resposta para todos os problemas.

Sua mente subconsciente nunca dorme, nunca descansa. Está sempre trabalhando. Você pode descobrir o poder milagroso do seu subconsciente afirmando alguma coisa específica a ele antes de dormir. Você ficará espantado e encantado ao descobrir que as forças dentro de você serão lançadas e que o levarão ao resultado você desejou. Aqui está a fonte de poder e sabedoria que coloca você diretamente em contato com a onipotência. Este é o poder que move o mundo, orienta os planetas em seu curso e o sol a brilhar.

Sua mente subconsciente é a fonte de seus ideais, aspirações e desejos altruístas. Foi através da mente subconsciente que Shakespeare percebia e comunicava as grandes verdades escondidas no homem médio de sua época. Foi através da mente subconsciente que o escultor grego Fídias, ganhou a arte e habilidade para retratar a beleza, ordem, simetria e proporção em mármore e bronze. A mente subconsciente é o poço profundo do qual grandes artistas desenharam e esculpem seu poder provocador. Permitiu que o grande artista italiano, Raphael, pintasse suas Madonnas e que o grande músico alemão, Beethoven, compusesse suas sinfonias.

Alguns anos atrás, fui convidado para uma conferência no Yoga Forest University, em Rishikesh, na Índia. Enquanto eu estava lá, tive uma longa conversa com um cirurgião que tinha visitado Bombaim. Com ele, conheci a história surpreendente do Dr. James Esdaille.

Esdaille era um cirurgião escocês que trabalhava em Bengal durante a década de 1840. Isso foi antes do éter ou outros métodos modernos de anestesia química começarem a ser usados. No entanto, entre 1843 e 1846, Dr. Esdaille realizou cerca de quatrocentas operações cirúrgicas de todos os tipos. Entre elas se incluíam amputações, remoção de tumores benignos

e cancerosos e operações sobre os olhos, ouvidos e garganta. Todas essas operações foram realizadas somente sob anestesia mental. Os pacientes dele relatavam que não sentiam dor.

Além do fato incrível, a taxa de mortalidade de pacientes do Dr. Esdaille após cada cirurgia era extremamente baixa. Isso foi bem antes de cientistas ocidentais tais como Louis Pasteur e Joseph Lister apontarem a origem bacteriana da infecção. Ninguém imaginava que infecções pós-operatórias eram causadas devido a instrumentos mal esterilizados e organismos virulentos. No entanto, quando o Dr. Esdaille sugeria aos seus pacientes, que ficavam em um estado hipnótico, que nenhuma infecção ou condição séptica se desenvolveria, a mente subconsciente dos seus pacientes respondia à sua sugestão. Eles criavam um estado de consciência necessário para encarar os perigos de vida e riscos de infecção.

Pense nisso: mais de um século e meio atrás, este cirurgião escocês que tinha ido a meio mundo descobriu como usar os milagrosos poderes de funcionamento da mente subconsciente. Os poderes transcendentais que inspiraram o Dr. Esdaille e que protegia seus pacientes do perigo mortal podem ser seus também.

Sua mente subconsciente pode te dar independência do tempo e do espaço. Pode fazê-lo livre de toda dor e sofrimento. Pode dar-lhe a resposta para todos os problemas, sejam eles quais forem. Há um poder e uma inteligência dentro de você que agora transcende seu intelecto, causando-lhe maravilhas em todos os aspectos. Todas essas experiências podem lhe trazer alegria e crença nos poderes milagrosos do seu subconsciente.

SEU SUBCONSCIENTE É O SEU LIVRO DA VIDA.

Quaisquer pensamentos, crenças, opiniões, teorias ou dogmas que você escrever, gravar, ou impressionar na sua mente subconsciente, você os experimentará como a manifestação objetiva de circunstâncias, condições e eventos. O que você escreve no lado interior, você experimentará do lado exterior. Você tem dois lados de sua vida, objetivo e subjetivo, visível e invisível, pensamento e sua manifestação.

Seu pensamento é recebido como um padrão de disparos neurais no córtex cerebral, que é o órgão de sua mente consciente e racional. Uma vez que sua mente consciente ou objetiva aceita o pensamento completamente, ele é transmitido para as partes mais antigas do cérebro, onde ele se armazena para ser manifestado em sua experiência.

Tal como anteriormente referido, seu subconsciente não pode argumentar.

Ele atua somente de acordo com o que você escreve sobre ele. Ele aceita o seu veredito ou as conclusões da sua mente consciente como uma decisão final. É por isso que você está sempre escrevendo no livro da vida, porque seus pensamentos tornam-se suas experiências. O filósofo americano, Ralph Waldo Emerson, disse, “O homem é o que ele pensa no decorrer do dia.”

O QUE É IMPRESSO NO SUBCONSCIENTE É EXPRESSO.

William James, o pai da psicologia americana, disse que o poder de mover o mundo está em sua mente subconsciente. Sua mente subconsciente está ligada com a inteligência infinita e a sabedoria sem limites. Ela é alimentada por nascentes ocultas que se chama a lei da vida. Tudo o que você grava na sua mente subconsciente, esta moverá céus e terras para conseguir realizar. Tens, portanto, que gravar nela apenas boas ideias e pensamentos construtivos.

A razão tanto do caos quanto da miséria no mundo é que muitas pessoas não entendem a interação de suas mentes conscientes e subconscientes. Quando estes dois princípios estão de acordo, em concordância, em paz, e sincronicamente juntos, você terá saúde, felicidade, paz e alegria. Não há nenhuma doença ou discórdia quando o consciente e o subconsciente trabalham juntos harmoniosamente e pacificamente.

No mundo antigo, Hermes Trismegistus tinha a reputação de ser o maior e mais poderoso mago que o mundo já conheceu. Quando seu túmulo foi aberto, séculos após a sua morte, por aqueles que estavam em contato com a sabedoria dos antigos e esperavam com grande expectativa e sentimento de admiração. Foi passado a eles que o maior segredo de todos os tempos seria encontrado dentro de sua tumba. E assim foi. O segredo era:

Assim como é dentro, assim é fora;

Assim como é acima, assim é embaixo.

Em outras palavras, o que quer que você grave em sua mente subconsciente. Vai se tornar expresso na tela do espaço. Esta mesma verdade foi proclamada por Moisés, Isaías, Jesus, Buda, Zoroastro, Lao Tze e por todos os videntes e iluminados entre os tempos. Tudo o que você sente como verdadeiro subjetivamente é expresso em condições, experiências e eventos. Movimento e emoção devem se equilibrar. Como no céu (sua mente), assim será na terra (em seu corpo e ambiente), esta é a grande lei da vida.

Você encontrará a lei da ação e reação ao longo de toda a natureza, além dos estados de descanso e movimento. Estes dois devem se balancear e,

em seguida, haverá harmonia e equilíbrio. Você está aqui para deixar o princípio de vida fluir através de você, ritmicamente e harmoniosamente. O que é absorvido e o que é manifesto devem se igualar. A impressão e a expressão devem ser iguais. Toda as frustrações se devem a desejos não realizados.

Se você pensa negativamente, de forma destrutiva e violenta, esses pensamentos geram emoções destrutivas que precisam ser expressas e devem encontrar alguma saída. Estas emoções, sendo de natureza negativa, são frequentemente expressas como tensões, ansiedades, úlceras e problemas cardíacos.

Qual é a sua ideia ou sentimento sobre si mesmo agora? Cada parte de seu ser expressa esta ideia. Sua vitalidade, corpo, condição financeira, amigos e status social, representam juntos um reflexo perfeito da ideia que você tem de si mesmo. Este é o significado real do que está gravado em sua mente subconsciente e o que é expresso em todas as fases da sua vida.

Podemos nos ferir pelas ideias negativas que nós nutrimos. Quantas vezes você já se machucou por ficar com raiva, medo, ciúmes ou desejando uma vingança? Estes são os venenos que se inserem na sua mente subconsciente. Você não nasceu com essas atitudes negativas. Infiltre seu subconsciente com pensamentos vivificantes e você vai acabar com todos os padrões negativos apresentados dentro dele. Conforme você continuar a fazer isto, todo o passado será exterminado e não mais será lembrado.

O SUBCONSCIENTE CUROU UM TUMOR DE PELE MALÍGNIO.

O jeito mais fácil de provar o poder de cura do seu subconsciente é uma cura pessoal. Mais de quarenta anos atrás eu desenvolvi um tumor de pele maligno. Eu fui aos melhores médicos, que tentaram os tratamentos mais avançados que a ciência médica poderia oferecer. Nenhum destes ajudou. A malignidade piorava progressivamente.

Então, um dia, um clérigo com um imenso conhecimento psicológico disse-me o significado interior do Salmo 139. Ele chamou minha atenção para a passagem no versículo 16 que diz:

Teus olhos até mesmo me viram quando eu era um embrião; Todas as partes dele estavam escritas no teu livro Com respeito aos dias em que foram formadas; Antes de existir qualquer uma delas.

Ele explicou que o termo *livro*, simboliza minha mente subconsciente, que formou e moldou todos os meus órgãos desde a minúscula célula original. Ele ressaltou que, já que minha mente subconsciente tinha feito meu

corpo, ela também poderia recriá-lo e curá-lo de acordo com o padrão perfeito que há nele.

Este clérigo apontou para o relógio em seu braço. “Isto teve um criador”, ele me disse. “Mas antes que o relógio pudesse se tornar uma realidade objetiva, o relojoeiro teve antes a ideia do relógio completo em sua mente. Se por algum motivo o relógio parar de funcionar como deveria, o conhecimento do relojoeiro lhe daria o conhecimento necessário para consertá-lo. ”

Eu entendi o que ele estava tentando me dizer por esta analogia. A inteligência do subconsciente que criou o meu corpo era como o relojoeiro. Ele sabia exatamente como curar, restaurar e direcionar todas as funções vitais e processos do meu corpo. Mas para fazer isso corretamente, eu teria que dar-lhe a ideia perfeita de saúde. Isto funcionaria como a causa e o efeito que dariam uma cura.

Eu formulei uma oração muito simples e direta.

Meu corpo e todos os seus órgãos foram criados com a inteligência infinita no meu subconsciente. Ele sabe como me curar. Sua sabedoria formou todos os meus órgãos, tecidos, músculos e ossos. Esta presença de cura infinita dentro de mim está agora transformando cada célula do meu ser, fazendo-me todo perfeito. Dou graças pela cura, que eu sei que está ocorrendo neste momento. Maravilhosas são as obras da inteligência criadora dentro de mim.

Repeti esta simples oração em voz alta, por cerca de cinco minutos, duas ou três vezes por dia. Após cerca de três meses, minha pele estava em perfeitas condições. A malignidade tinha desaparecido. Meu médico estava perplexo, mas eu sabia o que tinha acontecido. Eu tinha dado vida aos padrões da totalidade, beleza e perfeição, na minha mente subconsciente. Estas forçaram a saída de imagens negativas e padrões de pensamento que foram a causa de todos os meus problemas e estavam alojados no meu subconsciente.

Não aparece nada no seu corpo, exceto quando o equivalente mental aparece primeiro em sua mente. Quando você muda as ideias com afirmativas incessantes, você muda o seu corpo.

Esta é a base de toda cura.

Eu te louvo porque fui feito maravilhosamente, de um modo espantoso. Tuas obras são maravilhosas, eu sei disso muito bem (Salmos 139, versículo 14).

COMO O SUBCONSCIENTE CONTROLA TODAS AS FUNÇÕES DO CORPO.

Se você está acordado ou dormindo, a ação incessante, incansável do seu subconsciente controla todas as funções vitais do seu corpo sem qualquer necessidade de intervenção da sua mente consciente. Enquanto você está dormindo, seu coração continua a bater ritmicamente. Seu peito e o diafragma e seus músculos bombeiam ar para dentro e para fora de seus pulmões. Lá, o dióxido de carbono que é o subproduto das atividades celulares do seu corpo é trocado por oxigênio fresco que você precisa para seu funcionamento. Seu subconsciente controla seus processos digestivos e secreções glandulares, bem como todas as outras operações maravilhosamente complexas de seu corpo. Tudo isso acontece se você está acordado ou dormindo.

Se fosse forçado a operar as funções do seu corpo com sua mente consciente, você certamente iria falhar. Você provavelmente morreria com uma morte muito rápida. Os processos são muito complicados e também interdependentes. A máquina “coração-pulmão” que é usada durante uma cirurgia é uma das maravilhas da tecnologia médica moderna, mas o que ele faz é infinitamente mais simples do que o que sua mente subconsciente faz em vinte e quatro horas por dia, ano após ano.

Suponha que você está sobrevoando o oceano em um jato supersônico comercial e você entrou no cockpit. Você certamente não saberia pilotar o avião, mas você não teria dificuldades em distrair o piloto e causar um problema. Da mesma forma, sua mente consciente não pode operar o seu corpo, pois isso pode atrapalhar o seu funcionamento.

Preocupação, ansiedade, medo e depressão interferem com o funcionamento normal do coração, pulmões, estômago e intestinos. A comunidade médica está apenas começando a apreciar o quão sérias são as doenças causadas pelo chamado “estresse”. A razão é que estes padrões de pensamento interferem com o funcionamento harmonioso de sua mente subconsciente.

Quando você se sente física e mentalmente perturbado, a melhor coisa que você pode fazer é relaxar deixar que seja, relaxe ainda as engrenagens dos seus processos de pensamento. Fale com sua mente subconsciente. Diga a ela para assumir seu corpo em paz, harmonia e ordem divina. Você verá que todas as funções do seu corpo vão se tornar normais novamente. Certifique-se de falar com sua mente subconsciente com autoridade e convicção. Ela corresponderá com a realização de seu comando.

COMO FAZER O SUBCONSCIENTE TRABALHAR PARA VOCÊ.

A primeira coisa a perceber é que sua mente subconsciente está sempre trabalhando. Noite e dia, ela fica ativa, mesmo que você não atue sobre ela. Seu subconsciente é o construtor de seu corpo, mas você não pode conscientemente perceber ou ouvir esse processo em silêncio interior. Seu negócio é com sua mente consciente e não com seu subconsciente. Apenas mantenha sua mente consciente ocupada com a expectativa do melhor e, garanta que os pensamentos que tenha habitualmente são baseados em coisas que são belas, verdadeiras, justas e harmoniosas. Comece agora a cuidar de sua mente consciente, sabendo em seu coração e alma que seu subconsciente está sempre expressando, reproduzindo e manifestando-se de acordo com seu pensamento habitual.

Lembre-se que, assim como a água preenche e toma a forma do recipiente em que é depositada, o princípio de vida em que flui através de você, será equivalente à natureza de seus pensamentos. Afirme que a presença de cura em seu subconsciente está fluindo através de você com harmonia, saúde, paz, alegria e abundância. Pense nisso como uma inteligência viva, um adorável companheiro no caminho. Acredito firmemente que continuamente está fluindo através de você de forma vivificante, inspiradora e fazendo você prosperar. Ele vai responder exatamente desta maneira. Será feito a você de acordo com o que você crê.

PRINCÍPIO DE CURA DO SUBCONSCIENTE RESTAURA OS NERVOS ÓPTICOS.

Um dos mais célebres santuários curativos no mundo fica em Lourdes, no sudoeste da França. Arquivos do departamento médico de Lourdes estão cheios de processos detalhados relatando casos comprovados de curas chamadas de milagrosas. Um exemplo entre muitos é o caso de Madame Bire, que era cega, com nervos ópticos atrofiados e inúteis. Depois que ela visitou Lourdes, ela recuperou a visão. Vários médicos que a examinaram testemunharam que seus nervos ópticos ainda estavam inúteis, e ainda assim, ela enxergou! Um mês depois, um novo exame constatava que seu mecanismo visual tinha sido totalmente restaurado ao normal.

Estou completamente convencido de que Madame Bire não foi curada pelas águas do santuário. O que curou ela foi sua própria mente subconsciente, que respondeu à sua crença. O princípio de cura dentro de seu subconsciente respondeu à natureza do seu pensamento. Crença é um pensamento na mente subconsciente. Significa aceitar algo como verdadeiro. O pensamento que é aceito se executa automaticamente.

Sem dúvida, Madame Bire foi ao santuário com esperança e muita fé. Ela sabia em seu coração que ela receberia uma cura. Sua mente subconsciente

respondeu da mesma forma, liberando a cura de suas forças sempre presentes. A mente subconsciente que criou o olho certamente pode trazer um nervo morto de volta à vida. Que o princípio criador criado, pode recriar.

- *De acordo com a vossa fé, assim vos será feito.*

COMO TRANSMITIR UMA IDEIA DE SAÚDE PERFEITA PARA SUA MENTE SUBCONSCIENTE.

Um pastor Metodista que eu conheci em Joanesburgo, África do Sul, disse-me como ele superou um caso avançado de câncer de pulmão. O método que ele usou foi transmitir a ideia de saúde perfeita ao seu subconsciente. A meu pedido, ele me mandou uma descrição detalhada do processo, que eu agora vou passar adiante para você.

Várias vezes ao dia eu parava por um momento para relaxar completamente meu corpo e minha mente. Eu relaxava meu corpo falando da seguinte forma:

“Meus pés estão relaxados, meus tornozelos estão relaxados, minhas pernas estão relaxadas, meus músculos abdominais estão relaxados, meu coração e os pulmões estão relaxados, minha cabeça está relaxada, todo o meu ser está completamente relaxado. ”

Após cerca de cinco minutos me encontrava à deriva, em um estado calmo e sonolento. Então eu afirmava as seguintes verdades:

“A perfeição de Deus agora está sendo expressa através de mim. A ideia de saúde perfeita está agora enchendo minha mente subconsciente. A imagem que Deus tem de mim é uma imagem perfeita, e minha mente subconsciente recria meu corpo em perfeita conformidade com a imagem perfeita, realizada na mente de Deus”.

Este ministro teve uma cura notável. Ele usou a técnica de uma maneira simples e direta, para transmitir a ideia de saúde perfeita para sua mente subconsciente.

Outra maneira maravilhosa de transmitir a ideia de saúde ao seu subconsciente é através da imaginação disciplinada ou científica. Eu disse a um homem que sofria de paralisia funcional para criar uma imagem vívida de si mesmo andando em seu escritório, tocando a mesa, atendendo o telefone, e fazendo todas as coisas que ele normalmente faria se ele fosse curado. Expliquei-lhe que esta visualização mental da saúde perfeita seria aceita por sua mente subconsciente.

Ele entregou-se de cabeça para o papel. Ele realmente sentiu-se no

escritório. Ele sabia que ele estava dando a seu subconsciente algo concreto e definido para poder trabalhar. Sua mente subconsciente era a fita do filme sobre o qual a visualização seria gravada.

Ele continuou esta visualização com intensa disciplina durante várias semanas. Então, um dia, o telefone tocou numa hora em que todos haviam saído. O telefone estava a doze passos de distância de sua cama. No entanto, ele conseguiu atendê-lo. Sua paralisia desapareceu naquela hora. O poder curativo da sua mente subconsciente tinha reagido à sua imagem mental, e uma cura havia acontecido.

Este homem havia sofrido de um bloqueio mental que impedia os impulsos nervosos gerados no cérebro de alcançar as pernas dele. Portanto, ele não podia andar. Quando ele mudou a sua atenção para o poder de cura dentro dele, a energia fluiu através do seu novo foco de atenção, e ele podia andar novamente.

E tudo o que pedirem em oração, tendo fé, vocês receberão. (Mateus 21, versículo 22).

IDEIAS QUE VALEM A PENA RECORDAR.

- Sua mente subconsciente controla todos os processos vitais do seu corpo e sabe a resposta para todos os problemas.
- Antes de dormir, faça um pedido específico para a sua mente subconsciente e prove seu poder milagroso para si mesmo.
- O que quer que você grave na sua mente subconsciente fica expresso na tela do espaço na forma de condições, experiências e eventos. Portanto, você deve observar cuidadosamente todas as ideias e pensamentos entretidos em sua mente consciente.
- A lei da ação e reação é universal. Seu pensamento é ação e a reação é a resposta automática de seu subconsciente ao seu pensamento. Cuidado com seus pensamentos!
- Toda a frustração é devida a desejos não realizados. Se você só pensa em obstáculos, atrasos e dificuldades, sua mente subconsciente responde de acordo, e você está bloqueando o seu próprio bem.
- O princípio de vida fluirá através de você, ritmicamente e harmoniosamente se você afirmar conscientemente: “Eu acredito que o poder do subconsciente que me deu este desejo agora irá cumpri-lo através de mim.” Isto dissolve todos os conflitos.
- Você pode interferir no ritmo normal do seu coração, pulmões e outros órgãos, através da preocupação, ansiedade e do medo. Alimente seu

subconsciente com pensamentos de harmonia, saúde e paz, e todas as funções do seu corpo se tornarão normais novamente.

- Mantenha sua mente consciente ocupada com a expectativa do melhor, e seu subconsciente reproduzirá fielmente seus pensamentos habituais.

- Imagine o final feliz ou solução para seu problema, sinta a emoção da realização, e o que você imagina e sentir será aceito por sua mente subconsciente, que vai manifestar o que lhe foi dado.

CAPÍTULO 4 - CURAS MENTAIS NOS TEMPOS ANTIGOS.

Através dos tempos, as pessoas em cada continente, clima e cultura, instintivamente sabiam que em algum lugar residiria um poder de cura que poderia restaurar as habilidades e funções do corpo de uma pessoa, que pudesse restaurar os estados normais de equilíbrio e de boa saúde. Eles acreditavam que esse estranho poder poderia ser invocado sob certas condições e que se ele fosse clamado corretamente, o alívio do sofrimento humano seria concedido. Desde o início da história do mundo as histórias de todas as nações dão testemunho para apoiar esta crença, um poder que poderia influenciar secretamente os homens para o bem ou para o mal, incluindo a cura dos doentes, dizia-se que esse poder era possuído por sacerdotes, sacerdotisas e por um povo santo. Eles alegavam possuir poderes derivados diretamente do Deus que incluía a cura dos doentes. Os processos e procedimentos de cura se diversificavam ao redor do mundo, mas eles geralmente incluíam súplicas e oferendas ao Deus; várias cerimônias, tais como reverências, encantamentos, uso de amuletos, talismãs, anéis, relíquias e imagens.

Por exemplo, nas religiões da antiguidade, os sacerdotes em templos antigos davam drogas a seus súditos e praticavam sugestões hipnóticas, conforme eles caíam no sono. Os súditos afirmavam com certeza que os deuses os visitaram em seu sono e os curaram. Muitas curas assim se seguiram.

Para os devotos de Hecate, era um costume misturar lagartos com resina, incenso, mirra e libra em um rito ao ar livre sob a lua crescente. Depois de executar estes ritos bizarros e misteriosos, eles rezavam para a sua deusa, tomavam a poção que eles tinham acabado de fazer e iam dormir. Se sua fé fosse forte o suficiente, eles veriam a deusa em sonhos. Este rito, que soa tão estranho, até mesmo fantasioso para os nossos ouvidos, muitas vezes foi seguido por curas.

As pessoas nos tempos antigos conseguiram muitas maneiras eficazes para explorar o incrível poder da mente subconsciente e usá-lo para a cura. Eles até sabiam que esses procedimentos surtiam efeito, no entanto, eles não entendiam como ou porque eles funcionavam. Hoje, podemos ver que eles estavam usando sugestões potentes para a mente subconsciente. Os rituais, poções e amuletos eram apelos poderosos na imaginação das pessoas, eles favoreciam a aceitação pela mente subconsciente através das insistentes sugestões dadas pelo curandeiro. Mas o trabalho de cura era feito pela mente subconsciente do paciente.

Por todas as eras, curandeiros obtiveram resultados notáveis em casos onde a habilidade médica autorizada falhava, em pacientes que tinham perdido a esperança. Isto nos dá motivo para refletir. Como estes curandeiros espalhados ao redor do mundo conseguiam realizar suas curas? A resposta é que essas curas ocorriam porque a crença cega da pessoa doente sobre eles liberava o poder de cura residente em seu subconsciente. Quanto mais fantásticos e peculiares fossem os remédios e métodos usados pelos curandeiros, mais provável seria a aceitação dos pacientes em acreditar que algo tão estranho pudesse ser exoticamente poderoso. Seus estados emocionais excitados tornavam a aceitação mais fácil para crerem na sugestão de saúde, em ambas as mentes consciente e subconsciente. Este ponto será discutido com maiores detalhes no próximo capítulo.

RELATOS BÍBLICOS SOBRE A UTILIZAÇÃO DOS PODERES SUBCONSCIENTES.

É por isso que lhes digo: Todas as coisas que vocês pedirem em oração, tenham fé em que já as receberam, e as terão. (Marcos 11, versículo 24).

Releia esta passagem e preste muita atenção para a diferença de tempos verbais. Os trechos “tenham fé em que já as receberam” está no tempo presente, em seguida *as terão* está no futuro. O escritor inspirado está nos dizendo algo da maior importância por esta pequena diferença na gramática da frase. Se cremos e aceitamos como verdade o fato de que nosso desejo já está realizado e cumprido, que já está concluído, então sua realização seguirá como algo no futuro.

O sucesso desta técnica baseia-se na convicção confiante que o pensamento, a ideia, ou a imagem já são um fato consumado que está na mente. Em suma, para tudo que tiver substância no reino da mente, ele deve ser imaginado como já existente.

Aqui, em poucas palavras enigmáticas, se encontra uma direção específica e concisa para fazer uso do poder criativo do pensamento, imprimindo sobre o subconsciente algo particular que você deseja. Seu pensamento, ideia, desejo ou propósito são tão reais em seu próprio plano como é a sua mão ou o seu coração. Seguindo a técnica bíblica, você deve eliminar por completo da sua mente todas as dúvidas, considerações, circunstâncias ou qualquer coisa que implique em um resultado negativo. Você está plantando uma semente (conceito) na mente que, ao deixá-lo seguir desimpedido, infalivelmente germinará em fruição externa.

A maior condição que Jesus defendeu foi a fé. Várias e várias vezes você

lê na Bíblia, “*Que seja feito segundo a vossa fé*”. Se você planta certos tipos de sementes no solo, você sabe que eles vão crescer segundo sua espécie. Esta é a verdade das sementes, confiando nas leis do crescimento e da agricultura, você sabe que as sementes irão brotar e crescer segundo sua espécie.

A fé que é descrita na Bíblia é uma maneira de pensar, uma atitude da mente, uma certeza interior, sabendo que a ideia que você aceitar plenamente em sua mente consciente será incorporada na sua mente subconsciente, e então, manifestada. A Fé é, de certa maneira, aceitar como verdadeiro o que nega a sua razão e os seus sentidos. Isto é aprofundar-se, recusando-se a ouvir a pequenez da mente racional, analítica e consciente, é adotar uma atitude de completa confiança na força interior de sua mente subconsciente.

Aqui está um dos mais conhecidos exemplos da técnica de cura na bíblia:

Depois de ele entrar na casa, os cegos se dirigiram a ele, e Jesus lhes perguntou: “Vocês têm fé em que eu posso fazer isso?” Responderam-lhe: “Sim, Senhor.” Então tocou nos olhos deles, dizendo: “Que lhes aconteça segundo a sua fé.” E os olhos deles receberam visão. Além disso, Jesus os advertiu com firmeza, dizendo: “Tomem cuidado para que ninguém saiba disso.” (Mateus 9, versículos 28 ao 30).

Dizendo, “*Que lhes aconteça segundo a sua fé*”, Jesus abertamente pede a cooperação da mente subconsciente dos homens cegos. Sua fé vinha de suas grandes expectativas, suas emoções interiores, suas convicções pessoais de que um milagre iria acontecer, que suas orações seriam atendidas. E assim foi. Esta é a honorável técnica da cura, utilizada igualmente para todos os grupos de curas em todo o mundo, independentemente de filiação religiosa.

Ao dizer, “*Tomem cuidado para que ninguém saiba disso.*” Jesus estava alertando aos pacientes curados para não discutir os motivos de sua cura com outras pessoas. Se eles o fizessem, eles poderiam ser ridicularizados por críticas cétricas e depreciativas dos descrentes radicais da época. Isto por sua vez poderia provocar a reversão dos benefícios que tinham recebido das mãos de Jesus se voltassem a depositar pensamentos de medo, dúvida e ansiedade em suas mentes subconscientes.

Em vista disso, todos ficaram pasmados e começaram a dizer uns aos outros: “Que palavras são essas? Pois ele dá ordens aos espíritos impuros, com autoridade e poder, e eles saem!” (Lucas 4, versículo 36)

Quando os doentes vinham a Jesus para serem curados, eles eram curados

por sua própria fé, juntamente com sua fé e a compreensão do poder curativo da mente subconsciente. Tudo o que eles decretavam, sentiam ser verdade interiormente. Jesus e as pessoas que estavam precisando de ajuda formavam uma mente subjetiva universal, e seu conhecimento interior silencioso e a condição do poder curativo mudavam os padrões negativos e destrutivos no subconsciente dos seus pacientes. As curas resultantes foram a resposta automática para as mudanças mentais internas. Seu comando foi seu apelo para a mente subconsciente dos pacientes, somando-se à sua consciência, sentimento e confiança absoluta na resposta subconsciente para as palavras que ele proclamou com autoridade.

MILAGRES NOS VÁRIOS SANTUÁRIOS EM TODO O MUNDO.

Em todos os continentes, em cada país, existem santuários onde se ocorrem curas. Alguns são mundialmente famosos. Outros são conhecidos apenas para aqueles que vivem nas proximidades. Sejam celebradas ou obscuras, as curas que acontecem nestes santuários acontecem pelas mesmas razões e através dos mesmos poderes da mente subconsciente.

Tenho visitado vários dos famosos santuários no Japão. No mundialmente famoso Santuário de Diabutsu, o foco está em uma gigantesca estátua de bronze, de quarenta e dois pés de altura. Ela retrata o Buda sentado com as mãos postas, e com a cabeça inclinada em uma atitude de profundo êxtase contemplativo.

Aqui eu vi jovens e velhos fazendo oferendas aos seus pés. Dinheiro, frutas, arroz e laranjas foram oferecidos. Velas eram acesas, incensos queimados, orações e pedidos eram entoados. Eu escutei o canto de uma jovem garota quando ela entoava uma oração, ela abaixou-se, curvou-se e colocou duas laranjas como oferenda. Ela foi agradecer o Buda por ter restaurado a voz dela. Ela tinha perdido a voz, mas ela foi restaurada no santuário. Em sua fé simples ela acreditava que Buda devolveria a sua voz se ela seguisse um determinado ritual. Jejuou e fez algumas ofertas que a ajudaram a acender a sua fé e esperança. O resultado foi um condicionamento criado em sua mente que foi aceito em seu subconsciente e, em consequência, atendeu à sua crença.

O poder da imaginação e crença cega, não pode ser exagerado. Um bom exemplo disso é o caso de um parente meu em Perth, na Austrália Ocidental, que sofria de tuberculose. Seus pulmões estavam gravemente debilitados. Seu filho decidiu ajudar seu pai a curar a si mesmo, ele foi à casa de seu pai e disse-lhe que recentemente tinha conhecido um monge andarilho com poderes exóticos.

Este monge tinha acabado de voltar de uma longa estadia em um dos mais célebres santuários curativos da Europa. Lá ele tinha adquirido um pequeno fragmento da Verdadeira Cruz, um artefato que remontava à idade média. Ao longo dos séculos, incontáveis sofrendores tinham sido curados depois de tocar no fragmento da Cruz.

Ao ouvir isso o filho contou ao monge sobre a doença do pai e implorou para que ele lhe vendesse a relíquia. O monge tinha concordado. O filho então deu ao monge uma oferta em doação, equivalente a 500 dólares - que era muito dinheiro naquela época.

Quando o filho mostrou o fragmento ao seu pai, o velho homem praticamente tomou dele. Em seguida ele apertou o fragmento contra seu peito, orou silenciosamente e foi dormir. De manhã estava curado. Todos os testes clínicos deram negativo para tuberculose.

Curas deste tipo acontecem o tempo todo. O que é mais importante sobre esta é a história mirabolante ao qual o filho levou em conta. Na verdade, ele havia pago por uma simples lasca de madeira achada em uma calçada.

Já sabemos, claro, que não foi a lasca de madeira da calçada que curou o pai. O pai foi curado pela sua imaginação elevada para um grau mais intenso, mais a esperança confiante de uma cura perfeita. A imaginação se juntou à fé ou sentimento subjetivo, e a União dos dois trouxe uma cura através do poder de sua mente subconsciente.

O pai nunca soube do truque em que caiu. Se ele soubesse, ele poderia sofrer uma recaída. Dessa forma, a tuberculose nunca mais voltou. Ele permaneceu completamente curado e só passou adiante desta vida quinze anos mais tarde, já com 89 anos.

O PRINCÍPIO UNIVERSAL DA CURA.

É um fato bem conhecido que todas as diversas escolas de cura realizaram curas, que foram documentadas com os mais diferentes aspectos e detalhes. Mas a conclusão mais óbvia em sua mente, é que, entre elas deve haver alguma coisa em comum, que fica oculta nas entrelinhas desses relatos. De acordo, na verdade há. O instrumento de cura é o subconsciente, e o processo de cura é a fé.

Pense profundamente sobre estas verdades fundamentais:

- Você possui funções mentais que são distintas, designadas como a mente consciente e a mente subconsciente.
- A sua mente subconsciente é constantemente suscetível ao poder da sugestão.

- Sua mente subconsciente tem completo controle das funções, condições e sensações de seu corpo.

Se você já participou de alguma experiência hipnótica, certamente você sabe que, os sintomas de qualquer doença podem ser induzidos em indivíduos hipnotizados através da sugestão. Por exemplo, um sujeito em estado hipnótico pode apresentar uma temperatura alta, rosto vermelho ou calafrios, de acordo com a natureza da sugestão dada. Você pode sugerir à pessoa que ela está paralisada e não pode andar, e assim por diante. Você pode segurar uma xícara de água fria debaixo do nariz do sujeito hipnotizado e dizer, “isto está cheio de pimenta; cheire! ” Ele vai espirrar violentamente e repetidamente. O que você acha que o levou a espirrar? A água, ou a sugestão?

Se uma pessoa diz a você que ela é alérgica a flores, você pode pegar uma flor sintética ou um copo vazio, quando ela estiver em um estado hipnótico, e diga que colocou uma flor em frente ao seu nariz. Ela irá desenvolver os seus sintomas alérgicos habituais. Isto nos mostra que a origem dos sintomas está na mente subconsciente. Os sintomas de cura também estão localizados no subconsciente.

Diferentes escolas de medicina, como a osteopatia, quiropraxia, chi qong, acupuntura e naturopatia, todas produzem curas notáveis. Da mesma forma com os ritos e cerimônias das diferentes crenças religiosas em todo o mundo. É óbvio que todas essas curas são trazidas através da mente subconsciente - o único instrumento de cura que existe.

Observe como o subconsciente cura um corte no dedo. Ele sabe exatamente como fazê-lo. O médico faz o curativo e “A natureza que o cura! ” Mas a “natureza” é nada mais do que um outro nome para a lei natural, a lei da mente subconsciente. O instinto da autopreservação é a primeira lei da natureza, e a autopreservação é a função mais importante da mente subconsciente. Seu instinto mais forte é a mais potente de todas as auto-sugestões.

TEORIAS AMPLAMENTE DIFERENTES.

Muitas teorias diferentes envolvendo a cura têm sido desenvolvidas por diferentes seitas religiosas e grupos de terapia da oração. Grande parte deles afirmam que a origem da cura, se deve às suas práticas e teorias e que, portanto, eles falam da verdade. Como já vimos neste capítulo, isto não é correto.

Como você sabe, existem muitas variedades de cura. Franz Anton Mesmer

(1734-1815), um médico austríaco que trabalhava em Paris, descobriu que aplicando ímãs para um corpo doente, ele poderia curar essa doença milagrosamente. Ele também realizou curas com várias outras peças de vidro e metal. Mais tarde, ele abandonou o uso desses objetos optando por utilizar apenas as mãos passando-as sobre o corpo do paciente. Ele alegava que a verdadeira fonte de sua cura era o que ele chamou de “magnetismo animal”. Ele teorizou que uma misteriosa substância magnética era transmitida das mãos do curador para o paciente.

Mesmer deu seu nome a este método de tratamento da doença, que veio a ser chamado de mesmerismo. Hoje nós o conhecemos como o hipnotismo. Outros médicos, invejosos do sucesso de Mesmer, alegavam que todas suas curas foram devido à sugestão e nada mais. Quando pressionados, no entanto, tiveram de admitir que eles não sabiam como esse poder de sugestão criava esses surpreendentes resultados.

Todos os grupos de - psiquiatras, psicólogos, osteopatas, quiropráticos, médicos e grupos religiosos de todos os tipos - estão usando o poder universal residente no nosso subconsciente. Todos podem alegar que as curas são devido às suas teorias, mas a verdade é muito diferente. O processo de toda cura é uma atitude definitiva, positiva e mental, uma atitude interior ou uma forma de pensar, chamada fé. A cura é devido a uma expectativa confiante que atua como uma poderosa sugestão para o subconsciente, liberando o seu potencial de cura.

Uma pessoa não se cura porque um poder é melhor que o outro. A verdade é que ambos podem ter suas próprias teorias ou métodos, mas há apenas um processo de cura, e isto é, a fé. Há apenas um instrumento de cura; ou seja, sua mente subconsciente. Escolha qualquer método, teoria, crença ou religião que você preferir. Você pode ter certeza, se você tiver fé, você obterá resultados.

ESCRITOS DE PARACELSO.

Philippus Paracelsus, um famoso médico e alquimista Suíço, que viveu entre 1493 e 1541, foi um grande curador de seu tempo. Ele foi um dos primeiros a dizer o que hoje é um fato científico constatado:

Não importa se o objeto da sua fé seja falso ou verdadeiro, você obterá os mesmos resultados. Assim, se eu acreditar na estátua de São Pedro, da mesma forma que eu acredito no próprio São Pedro, ela vai me dar os mesmos resultados que eu obteria com o próprio São Pedro. Mas isso é superstição. Fé, no entanto, produz milagres; e se é falsa ou verdadeira, sempre vai produzir as mesmas maravilhas.

Os pontos de vista de Paracelso foram repercutidos no século dezesseis por Pietro Pomponazzi, um filósofo italiano, que escreveu:

Podemos facilmente conceber os efeitos maravilhosos que a confiança e a imaginação podem produzir, particularmente quando ambas as qualidades são recíprocas entre o sujeito e a pessoa que o influencia. As curas atribuídas às influências de certas relíquias são efeitos da imaginação e de confiança aplicadas a estes objetos. Charlatães e filósofos sabem que, se os ossos de qualquer esqueleto foram colocados no lugar dos ossos de um santo, não obstante os doentes experimentariam efeitos benéficos, se eles acreditassem que eram verdadeiras relíquias.

Pense no que isso implica. Se você acredita no poder dos ossos dos Santos, ou nas propriedades curativas de certas águas, ou, como meu parente australiano, nos efeitos miraculosos de um fragmento de madeira, você obterá resultados devido à poderosa sugestão dada a sua mente subconsciente. Este último é quem faz a cura.

EXPERIÊNCIAS DE BERNHEIM.

Hippolyte Bernheim foi professor de medicina em Nancy, na França, no início do século vinte. Ele foi um dos primeiros a explicar como a sugestão de um médico para o paciente entra em vigor por causa da força do subconsciente.

Bernheim relata a história de um homem cuja língua estava paralisada. Todas as formas de tratamento foram aplicadas sem sucesso. Então um dia o médico do homem anunciou que ele tinha descoberto um novo instrumento que certamente resolveria o problema dele. O médico então pôs um termômetro de bolso na boca do paciente. O paciente imaginou que o instrumento iria curá-lo. Pouco tempo depois, ele gritou com alegria, ele podia mexer sua língua normalmente de novo.

- Bernheim continua:

Entre os nossos casos, fatos desse mesmo tipo são encontrados. Uma jovem veio ao meu escritório, tendo sofrido a perda completa da fala, havia quase quatro semanas. Após ter certeza do diagnóstico, eu disse a meus alunos que a perda da fala, às vezes rendida instantaneamente à eletricidade, poderia reagir simplesmente pela influência sugestiva. Enviei ela para o aparelho de indução. Apliquei a minha mão sobre a sua laringe que se mexeu um pouco e disse, “agora você pode falar em voz alta.” Em um instante eu fiz ela dizer “a”, “b”, e depois “Maria”. Ela continuou a falar perfeitamente; a perda da voz tinha desaparecido.

Aqui Bernheim está mostrando o poder da fé e expectativa por parte do paciente, que atua como uma poderosa sugestão para a mente subconsciente.

PRODUZINDO UMA BOLHA POR SUGESTÃO.

Bernheim afirma que ele produziu uma bolha na parte de trás do pescoço do paciente, aplicando um selo postal e sugerindo ao paciente que era um emplasto adesivo. Este tipo de demonstração foi confirmado pelos experimentos e experiências de muitos médicos em muitas partes do mundo. Estas não deixam dúvidas de que mudanças estruturais no corpo podem ser provocadas em consequência de sugestão verbal aos pacientes.

A CAUSA DO ESTIGMA DE SANGUE.

Hemorragias e estigmas de sangue podem ser induzidos por meio de sugestão.

Como uma demonstração disso, Dr. M. Bourru colocou um sujeito em um transe hipnótico e, em seguida, ele deu a seguinte sugestão:

Às 04:00 esta tarde, depois da hipnose, você virá ao meu escritório, e vai sentar nesta poltrona e cruzará os braços sobre seu peito. Seu nariz começará então a sangrar.

Naquela tarde, o jovem fez exatamente como lhe tinha sido dito. Após cruzar os braços, algumas gotas de sangue saíram de sua narina esquerda.

Em outra ocasião, o mesmo investigador marcou o nome do paciente, em ambos os seus braços, com um instrumento pontiagudo enquanto o paciente estava em transe hipnótico. Bourru então disse:

Às 04:00 esta tarde tu vais dormir. Seus braços vão sangrar ao longo das linhas que tracei, e seu nome aparecerá escrito nos seus braços em letras de sangue.

O paciente foi cuidadosamente observado durante aquela tarde. Às 04:00, ele adormeceu. No braço esquerdo, se destacaram as letras em relevo, em vários lugares, havia gotas de sangue. Embora as letras gradualmente se desvaneceram, suas marcas ainda que muito fracas, eram visíveis três meses depois.

Estes fatos demonstraram de uma só vez, a concordância das duas proposições fundamentais anteriormente declaradas; ou seja, a receptividade constante da mente subconsciente em relação ao poder da sugestão, e o perfeito controle exercido pela mente subconsciente sobre as condições do corpo, sensações e funções.

Todos os fenômenos precedentes dramatizam vividamente condições anormais induzidas pela sugestão. Eles são a prova conclusiva de que, como um homem sente em seu coração (mente subconsciente), então assim ele é.

REVISANDO OS PONTOS DE CURA.

- Lembre-se, frequentemente, que o poder de cura está em sua mente subconsciente.
 - Saiba que a fé é como uma semente plantada no solo; ela cresce segundo a sua espécie. Plante a ideia (semente) em sua mente, regue-a e fertilize-a com expectativa, e ela surgirá à superfície.
 - A ideia que você tem para um livro, uma nova invenção, ou uma peça é real em sua mente. Este é o motivo pelo qual você pode acreditar que o tem agora. Acredite na realidade de sua ideia, no plano ou invenção, e assim se o fizer, ele se tornará manifesto.
 - Ao orar pelos outros, lembre-se que eles possuem em seu íntimo o conhecimento silencioso de totalidade, beleza e perfeição que podem alterar os padrões negativos da mente subconsciente deles, trazendo assim resultados maravilhosos.
 - As curas milagrosas dos vários templos e santuários de que você ouviu falar, se devem à imaginação e a fé incondicional que atuam sobre o subconsciente, liberando o poder de cura.
 - Todas as doenças se originam da mente. Nada aparece em seu corpo a menos que antes haja um padrão correspondente a ele na mente.
 - Os sintomas de qualquer doença podem ser induzidos em você por sugestão hipnótica. Isto mostra o poder do seu pensamento.
 - Há apenas um processo de cura, que é a fé. Há apenas um poder de cura, sua mente subconsciente.
 - Se o objeto da sua fé é falso ou verdadeiro, você obterá resultados.
 - Seu subconsciente responde ao pensamento em sua mente.
- Aceite a fé como um pensamento em sua mente, e isso será suficiente.

CAPÍTULO 5 - CURAS MENTAIS NOS TEMPOS MODERNOS.

O que é esta cura? Onde encontra-la, e como colocá-la em prática? Estas são questões vitais e de grande interesse para todos nós. Para todas elas, a resposta é a mesma: Este poder de cura está na mente subconsciente de cada pessoa, e uma atitude mental modificada na pessoa doente, produz este poder de cura.

Nenhum praticante das ciências mentais ou religiosas, psicólogo, psiquiatra ou médico jamais curaram algum paciente. Há um velho ditado que diz, “O médico faz o curativo, mas Deus é que cura a ferida.” O psicólogo ou psiquiatra fazem uma mudança eficaz, removendo os bloqueios mentais no paciente, para que o princípio de cura possa entrar em ação, restaurando a saúde do paciente. Da mesma forma, o cirurgião remove os bloqueios físicos, permitindo que as correntes curativas funcionem normalmente. Nenhum médico, cirurgião ou praticante de ciência mental pode legitimamente reivindicar para ele ou ela “a cura *do paciente*”. O poder de cura pode ser chamado por muitos nomes diferentes - natureza, poder de luz, Ser Supremo, Deus ou inteligência criadora - mas na realidade estas são simplesmente diferentes maneiras para se referir ao poder do subconsciente.

Como já vimos, há muitas maneiras diferentes que podemos usar para remover os bloqueios mentais, emocionais e físicos que inibem o fluxo do princípio da cura viva, animada em todos nós. O princípio de cura residente em seu subconsciente pode e vai curar sua mente e seu corpo de todas as doenças, se devidamente dirigido por você ou outra pessoa. Este princípio de cura opera em todas as pessoas, independentemente de raça, cor ou religião. Você não tem que pertencer a alguma igreja para poder utilizar e participar deste processo de cura. Seu subconsciente vai curar a queimadura ou corte em sua mão não importa que você seja um ateu ou agnóstico.

Cura mental moderna é baseada na verdade que a inteligência infinita e o poder de sua mente subconsciente respondem de acordo com sua fé. Praticantes de ciência mental ou Ministros seguem as escrituras da Bíblia. Ou seja, eles se voltam para dentro e fecham as portas, o que significa que se concentram em suas mentes, relaxam, se deixam ir, e pensam na presença de cura infinita dentro deles. Eles fecham a porta de sua mente a todas as distrações externas, bem como as aparências, e então entregam seu pedido ou desejo, tranquilos e conscientes, para sua mente subconsciente, sabendo que a inteligência de sua mente vai respondê-los

de acordo com suas necessidades específicas.

A coisa mais maravilhosa que conheço é esta: Imagine o que deseja e sinta-o como se já fosse real; assim, o princípio de vida infinita responderá à sua escolha consciente e a seu pedido consciente. Este é o significado do texto - acredite que você foi atendido, e você será atendido. Isto é o que os cientistas da mente modernos fazem quando eles praticam a terapia da oração.

O PROCESSO DE CURA.

Existe apenas um único princípio de cura universal, atuando através de tudo - do gato, do cão, da árvore, da grama, na terra ou no ar - para tudo que vive. Este princípio de vida opera através dos reinos animal, vegetal e mineral, como o instinto e a lei do crescimento. Como nós seres humanos somos conscientemente cientes deste princípio de vida, nós conscientemente podemos direcioná-lo para nos abençoar de inúmeras maneiras.

Existem muitas abordagens, técnicas e métodos diferentes para usar o poder universal, mas há apenas um processo de cura, que é a fé - que lhes seja feito segundo a vossa fé.

A LEI DA FÉ.

Todas as religiões do mundo representam formas de crença, e essas crenças são explicadas de muitas maneiras. A lei da vida é a Fé. O que você acredita sobre si mesmo, sobre a vida e sobre o universo? Conforme você crê assim será feito.

A Fé é um pensamento em sua mente que faz com que o poder do seu subconsciente se propague em todas as fases da sua vida de acordo com seus pensamentos habituais. Você deve compreender que, quando a Bíblia fala da fé, ela não está falando sobre sua fé em algum ritual, cerimônia, forma, instituição ou fórmula. Ela fala sobre a fé em si mesmo. A fé de sua mente é simplesmente o pensamento de sua mente.

Jesus lhe disse: “Esta expressão: ‘Se puder!’ Ora, tudo é possível para quem tem fé. (Marcos 9, versículo 23).

É tolice acreditar que algo vai te ferir ou te machucar. Lembre-se, não é a coisa que se acredita que dói, nem faz mal a você, mas a crença ou pensamento em sua mente que cria o resultado de dor. Todas as suas experiências, todas as suas ações e todos os eventos e circunstâncias da vida são apenas as reflexões e as reações ao seu próprio pensamento.

A TERAPIA DA ORAÇÃO É A FUNÇÃO COMBINADA DA MENTE CONSCIENTE E SUBCONSCIENTE DIRIGIDA CIENTIFICAMENTE.

A terapia da oração é a função sincronizada, harmoniosa e inteligente dos níveis conscientes e subconscientes da mente, direcionado especificamente para um propósito definido. Na oração científica ou terapia da oração, você deve saber o que está fazendo, e por que você está fazendo isso. Você confia na lei da cura. A terapia da oração é por vezes referida como um tratamento mental. Outro termo é oração científica.

Na terapia da oração você escolhe conscientemente uma certa ideia, imagem mental, ou plano que você deseja realizar. Você compreende que possui a capacidade de transmitir esta ideia ou imagem mental ao seu subconsciente, através do estado de sentimento adotado. Conforme você permanecer fiel em sua atitude mental, sua oração será atendida. A terapia da oração é uma ação mental definida para um propósito específico.

Vamos supor que você decida curar-se de uma certa dificuldade através da terapia da oração. Você está ciente do seu problema ou doença, não importa qual seja, em algum momento ele foi causado por pensamentos negativos, carregado com medo, alojado em sua mente subconsciente. Você deve ficar consciente que, se você tiver sucesso em limpar estes pensamentos de sua mente, você alcançará uma cura.

Portanto, se você recorrer ao poder de cura dentro de seu subconsciente. Se lembre de seu poder e inteligência infinitos e da sua capacidade de curar todas as doenças. Conforme você se apoiar sobre estas verdades... seu medo começará a se dissolver. As lembranças destas verdades confrontam, e, finalmente, superam as crenças errôneas.

Dê graças pela cura que você sabe que virá. Então você tira a dificuldade da sua mente até que se sinta guiado, depois de um intervalo, reze novamente. Enquanto você está orando, você estará recusando poder a quaisquer condições negativas, e nem por um segundo vai admitir que a cura não virá. Esta atitude mental, traz a união harmoniosa da mente consciente e subconsciente, que desperta o poder da cura.

CURA PELA FÉ, O QUE SIGNIFICA, E COMO A FÉ CEGA FUNCIONA.

O que é conhecido popularmente como cura pela fé, não se refere à fé mencionada na Bíblia, que significa um conhecimento da interação entre as mentes consciente e subconsciente. Um curandeiro é alguém que cura

sem qualquer compreensão científica dos reais poderes e as forças envolvidas. Ele pode afirmar que tem um dom especial de cura, e a fé cega contida na mente da pessoa doente, faz com que os tais poderes do curandeiro tragam resultados a ela.

Em muitas partes do mundo, curandeiros tradicionais tratam seus pacientes pelas danças, encantamentos e invocações de espíritos. Uma pessoa pode ser curada por tocar as relíquias de um Santo, vestindo o traje de um ritual especial, acendendo um incenso sagrado ou vela ou beber um chá de uma mistura de ervas. Qualquer coisa que leva o paciente acreditar honestamente no método ou processo, tornará uma cura mais provável.

Qualquer método que faça com que você se afaste do medo e se concentre na fé e na esperança, irá lhe curar. Muitas pessoas afirmam que devido às suas teorias individuais produzirem resultados, fazem então com que eles estejam corretos e com a verdadeira razão. Como já vimos, isso não pode ser verdade.

Para ilustrar como a fé cega funciona, pense em nossa discussão sobre o médico suíço, Franz Anton Mesmer. Em 1776. Ele alegou ter produzido muitas curas por deslizar ímãs sobre os corpos de seus pacientes. Depois, ele largou dos ímãs e simplesmente passou a deslizar com as mãos a uma curta distância do paciente. Isso também funcionou. Para explicar o sucesso deste novo procedimento, Mesmer desenvolveu a teoria do magnetismo animal. Assim ele se utilizava de um fluido que envolve todo o universo, mas é mais ativo no organismo humano. Ele alegou que este fluido magnético era transmitido de suas mãos para os corpos doentes de seus pacientes e que esta transferência de magnetismo animal era o que os curava. As pessoas reuniam-se com ele, e muitas curas maravilhosas foram relatadas.

Mesmer, mudou-se para Paris. Lá, o governo nomeou uma Comissão para investigar suas curas. Seus membros incluíam proeminentes médicos e membros da Academia de Ciências, dos quais Benjamin Franklin era um membro. Depois de um inquérito exaustivo, a Comissão admitiu que Mesmer tinha produzido curas confirmadas. Entendeu-se, no entanto, que não havia nenhuma evidência para provar a veracidade de sua teoria do fluido magnético. A comissão sugeria que os efeitos se deram devido a imaginação dos pacientes.

Pouco depois, Mesmer foi levado para o exílio. Ele morreu em 1815.

Pouco depois, o Dr. James Braid de Manchester, Inglaterra, comprometeu-se a mostrar que o fluido magnético não teve nada a ver com a produção das curas de Dr. Mesmer. Dr. Braid descobriu que pacientes poderiam ser

lançados em sono hipnótico por sugestão. Enquanto eles estavam no transe hipnótico, ele conseguiu produzir muitos dos fenômenos surpreendentes que Mesmer tinha atribuído ao magnetismo animal.

Você pode facilmente ver que todas essas curas foram, sem dúvida, provocadas pela imaginação ativa dos pacientes juntamente com uma poderosa sugestão de saúde para suas mentes subconscientes. Não é injusto chamar a isto de fé cega, porque nem os pacientes nem os profissionais compreendiam como suas curas foram realizadas.

FÉ SUBJETIVA, O QUÊ SIGNIFICA.

A mente subconsciente ou subjetiva de um indivíduo é tão suscetível ao controle de sua própria mente consciente ou objetiva quanto para as sugestões de terceiros. Sendo assim, qualquer que seja o objeto de sua crença, se você assumir ter fé ativa ou passivamente, sua mente subconsciente será controlada pela sugestão e seu desejo será cumprido.

A fé exigida nas curas mentais é uma fé puramente subjetiva. A maneira de obtê-la é pôr um fim à oposição ativa em sua mente consciente ou objetiva.

Para que uma cura eficaz do corpo se concretize, será melhor, é claro, se tanto a mente consciente quanto a subconsciente estiverem em um estado pleno de aceitação. No entanto, isso não é sempre necessário. Você pode entrar em uma condição de passividade e receptividade por relaxamento da mente e do corpo e entrar em um estado de sono. Neste estado sonolento sua passividade torna-se receptiva à impressão subjetiva.

Depois de passar por um tratamento hipnótico um homem uma vez me perguntou, “Como é que o ministro pôde me curar? Antes quando ele me disse que eu não tinha doença alguma e que não existia causa para ela, não acreditei numa só palavra que ele disse. Eu pensei que ele queria insultar a minha inteligência. E, ainda assim eu fui curado. Como isso foi possível? ”

Eu disse a este homem, a explicação é simples. No processo ele teve que te aquietar e com suaves palavras, lhe pediu para entrar em uma condição completamente passiva, não diga nada e não pense em nada por enquanto. O ministro também se manteve passivo. Ele ficou afirmando calmamente, pacificamente e constantemente por quase meia hora, dizendo que lhe seria dado saúde, paz, harmonia e saúde perfeita.

No final da meia hora, este homem sentiu um alívio imenso e teve sua saúde restaurada.

É fácil ver que sua fé subjetiva tinha sido manifesta pela sua passividade

durante o tratamento, e as sugestões de salubridade perfeita feitas pelo Ministro foram transmitidas à sua mente subconsciente. As duas mentes subjetivas ficaram então em harmonia.

Se o homem tivesse mantido à suas dúvidas sobre o poder do curador e da exatidão da sua teoria à superfície, estas teriam agido como auto-sugestão antagônica. As sugestões do ministro teriam sido seriamente abaladas ou até mesmo totalmente frustradas. Neste estado sonolento, hipnótico, no entanto, a resistência da mente consciente foi reduzida ao mínimo. A mente subconsciente do paciente ficou receptiva a sugestões do Ministro. Ela executou as suas funções em harmonia com essas sugestões, e uma cura então se seguiu.

O SIGNIFICADO DA AUSÊNCIA NO TRATAMENTO.

Suponha que você vive em Los Angeles, você soube que a sua mãe em Nova York está gravemente doente. Seu primeiro impulso poderia ser, deixar sua casa e o emprego ir a seu encontro para lhe dar apoio e ajudá-la a se recuperar. Mas e se isso não fosse possível? Você teria que abrir mão de ajudar sua mãe ou de dar sua força de Fé para ajudá-la em seu processo de recuperação?

Não. Enquanto você não puder estar fisicamente presente, você pode fazer suas orações para ela onde quer que esteja. É o pai interior que realiza o trabalho.

Existe uma mente criadora única. A lei criadora da mente atende a você. O que você deve fazer é induzir uma concentração interna de saúde e harmonia em sua própria mentalidade. A resposta dela é automática. Essa realização interior, agindo através do seu subconsciente, opera em favor da mente subconsciente de sua mãe. Seus pensamentos de saúde, vitalidade e perfeição trabalharão através de uma mente subjetiva universal. Elas colocam em movimento uma lei subjetiva da vida que se manifestará através do corpo dela trazendo a sua cura.

Na mente inicial, não há nenhum tempo ou espaço. Essa mesma mente opera através de você e de sua mãe - não importa onde vocês estejam. Na realidade, para a mente universal que é onipresente não há nenhuma oposição entre o tratamento ausente e o tratamento presencial. Não tente enviar pensamentos para longe ou focalizar um pensamento. Seu tratamento é um movimento consciente do pensamento. Conforme você se torna consciente das qualidades de saúde, bem-estar e relaxamento, estas qualidades serão ressurgentes na experiência da sua mãe. Resultados seguirão.

Aqui está um exemplo real do que é erroneamente chamado de tratamento ausente. Uma mulher em Los Angeles soube que a mãe em Nova York havia sofrido uma trombose coronária. Ela não poderia ir para o lado da mãe, mas ela orou da seguinte maneira:

A presença de cura está exatamente onde está a minha mãe. A condição corporal é apenas um reflexo vivo do pensamento dela, seu corpo é como as imagens de um projetor em uma tela branca. Eu sei que para alterar as imagens projetadas na tela, devo mudá-las antes no projetor. Eu agora projeto em minha mente a imagem de integridade, harmonia e saúde perfeita para minha mãe.

A presença de cura infinita que criou o corpo da minha mãe e todos os órgãos dela está agora saturando cada átomo do seu ser, e um rio de paz flui através de cada célula do seu corpo. Os médicos que cuidam dela são divinamente guiados e dirigidos, e quem tocar minha mãe será guiado a fazer a coisa certa.

Eu sei que a doença não tem realidade em último caso. Se tivesse, ninguém poderia ser curado. Eu agora me alinho com o princípio infinito de amor e de vida, e eu sei e decreto que harmonia, saúde e paz estão agora sendo expressos no corpo da minha mãe.

Ela rezou, dessa maneira, várias vezes ao dia. Depois de alguns dias; a mãe dela teve uma recuperação notável. O cardiologista dela estava espantado e a elogiou pela sua grande fé no poder de Deus.

A conclusão que a filha chegou em sua mente e aceita com fé perfeita, colocou em movimento a energia criadora dentro da mente subconsciente universal. Esta se manifestou através do corpo da mãe como a perfeita saúde e harmonia. O que a filha sentia como verdade sobre a mãe dela, foi simultaneamente expresso na experiência de sua mãe.

LIBERANDO A AÇÃO CINÉTICA DA MENTE SUBCONSCIENTE.

Uma psicóloga amiga minha me contou que uma biópsia sua, mostrou a presença de células cancerosas em um órgão vital. Seu oncologista recomendou um tratamento doloroso e perigoso. Antes de concordar, minha amiga tentou outra abordagem. Todas as noites antes de dormir ela calmamente afirmava, “cada célula, nervo, tecido e órgão está agora sendo completamente refeito de forma pura e perfeita. Meu corpo todo está sendo restaurado para saúde e harmonia”.

Em pouco mais de um mês a cura completa se realizou. Testes posteriores

mostraram que já não haviam mais células cancerosas.

Fiquei muito impressionado com isso, mas também curioso. Eu perguntei a ela porque ela repetia sua afirmação antes de dormir. Ela me disse, “Uma vez colocada em uma determinada direção, a ação cinética da mente subconsciente continua durante todo seu sono. É por isso que é tão crucial dar à sua mente subconsciente algo benéfico para trabalhar enquanto permanecemos no estado de sono”.

Isso foi uma resposta muito sensata. Observe também que no pensamento de harmonia e saúde perfeita, ela nunca se referia à sua condição pelo nome.

Eu sugiro fortemente que você pare de falar sobre suas doenças ou de dizer seus nomes, especialmente nas horas antes de dormir. Pois o único jeito de sugarem a seiva de sua vida é se você manter o medo e a atenção nelas. Como a psicóloga acima mencionada, torne-se um cirurgião mental. Então seus problemas serão cortados da mesma maneira que galhos mortos são podados de uma árvore.

Por outro lado, se você está constantemente nomeando suas dores e sintomas e falando sobre elas, você lhes dá poder sobre você. Você inibe a ação cinética que libera o poder de cura e energia de sua mente subconsciente. Além disso, pela lei da sua própria mente, estas fantasias tendem a tomar forma, como a coisa que você mais teme. Então encha sua mente somente com as grandes verdades da vida e caminhe para a frente, para a luz do amor.

RESUMO DOS SEUS CURATIVOS DE SAÚDE.

- Descubra do que é que lhe cura. Compreenda que, as orientações corretas dadas à sua mente subconsciente irão curar seu corpo e sua mente.
- Desenvolva um plano definido para gravar seus pedidos ou desejos em sua mente subconsciente.
- Imagine o fim desejado e sinta a sua realidade. Caminhe em direção a ele, e você obterá resultados definidos.
- Decida o que é a fé. Saiba que a fé é um pensamento em sua mente, e que, o que você pensa, você cria.
- É tolice acreditar que uma doença ou qualquer outra coisa possa magoar ou prejudicar você. Acredite na perfeita saúde, prosperidade, paz, riqueza e orientação divina.
- Pensamentos grandes e nobres que você cultiva habitualmente tornam-se grandes atos.

- Aplique o poder da terapia da oração em sua vida. Escolha um determinado projeto, uma ideia ou imagem mental. Una-se mentalmente e emocionalmente com esta ideia. Permaneça fiel em sua atitude mental e sua oração será atendida.

- Lembre-se sempre, se você realmente deseja o poder de cura, você pode tê-lo através da fé, que significa um conhecimento do funcionamento de sua mente consciente e subconsciente. A fé vem com a compreensão.

- Fé cega significa que, uma pessoa pode obter resultados na cura sem qualquer compreensão científica dos poderes e as forças envolvidas.

- Aprenda a rezar para seus entes queridos que podem estar doentes. Acalme a mente. Seus pensamentos de saúde, vitalidade e perfeição operando através da grande mente subjetiva universal, serão sentidos e manifestados na mente de seu ente querido.

CAPÍTULO 6 - TÉCNICAS PRÁTICAS DE CURAS MENTAIS.

Quando um engenheiro se prepara para construir uma ponte ou um design de aeronave, ele aborda uma solução com técnicas e práticas conhecidas por ele, e depois elabora um conjunto de métodos aplicáveis para a realização do projeto. Estas técnicas, habilidades e métodos foram um dia, parte de seu processo de formação. Da mesma forma, existem habilidades, técnicas e métodos conhecidos, para controlar e dirigir sua vida. Esses métodos e técnicas são primários.

Na construção da ponte Golden Gate, os engenheiros primeiro tiveram que entender os princípios matemáticos, pressões e dilatações físicas. Em segundo lugar, eles desenvolveram em suas mentes uma visualização da ponte ideal através da baía. O terceiro passo foi a aplicação de métodos experimentados e comprovados, pelo qual foram implementados os princípios. Quando estas três etapas foram concluídas, a ponte tomou forma e gerações de motoristas começaram a atravessá-la.

Se você quer que suas orações sejam respondidas, você deve começar com os métodos e técnicas apropriados. A maneira em que sua oração é respondida é uma maneira científica. Nada acontece por acaso. Este é um mundo de lei e ordem. Neste capítulo você encontrará técnicas práticas para desdobrar e nutrir a sua vida espiritual. Suas orações não devem ser jogadas ao vento como um balão. Elas devem ir para algum lugar específico para realizar algo em sua vida.

Quando analisamos a oração, descobrimos que há muitas abordagens e métodos diferentes. Não consideraremos neste livro as orações formais e rituais usados em cerimônias religiosas. Estes têm um lugar importante na celebração em grupo, mas este não é nosso foco. Nós estamos interessados em métodos eficazes e imediatos de oração pessoal que possam ser aplicados em sua vida diária e usados para ajudar a si e aos outros.

A oração é a formulação de uma ideia concentrada em algo que desejamos realizar. A oração é o desejo sincero da alma. Seu desejo é sua oração. Ele sai das suas mais profundas necessidades e revela as coisas que você quer na vida. *Bem-aventurados os que têm fome e sede de Justiça: porque eles serão saciados.* Isso é a verdadeira natureza da oração, a expressão eficaz de fome e sede de paz, harmonia, saúde, alegria e todas as outras bênçãos da vida.

A TÉCNICA DE SOBREPOSIÇÃO PARA IMPREGNAR O

SUBCONSCIENTE.

Como já vimos, o segredo da oração eficaz é impregnar a mente subconsciente com o resultado esperado. Uma das maneiras mais simples de fazer isto é o que chamamos de técnica de sobreposição. Isto consiste essencialmente em induzir a mente subconsciente para aceitar seu pedido da forma como foi entregue pela mente consciente. A sobreposição é mais eficaz quando se está entrando em um estado de sono.

Saiba que na sua mente mais profunda reside a inteligência e o poder infinito. Calmamente, pense no que você deseja; visualize sua realização a partir deste momento da forma mais plena e harmoniosa.

SEU SUBCONSCIENTE ACEITARÁ A SEU “PROJETO NA PLANTA”.

Se você estivesse construindo uma nova casa para você e sua família, você teria um intenso interesse no projeto da sua casa. Você gostaria de ter a certeza de que os construtores seguiram seu plano até o último detalhe. E você iria ter que vigiar os materiais que eles usaram. Sabendo que a vida futura de sua casa, depende da qualidade dos materiais usados para construí-la, selecione apenas o melhor cimento, o melhor isolamento, a melhor fiação elétrica, as coberturas e assim por diante.

E se você tivesse o mesmo cuidado com sua casa mental e com seu plano mental de felicidade e abundância?

Todas as suas experiências e tudo o que entra em sua vida dependem da natureza dos blocos de construção mentais que você usar na construção de sua casa mental. Se seu projeto está cheio de padrões mentais de medo, preocupação, ansiedade ou falhas, e se você está desanimado, duvidoso e séptico, então a qualidade dos materiais mentais que você está instalando em sua mente virá mais adiante como fadiga, tensão, ansiedade e limitação de todos os tipos.

A atividade mais fundamental e de maior alcance na vida, é o que você constrói em sua mentalidade de todas as horas. Sua palavra é silenciosa e invisível; no entanto, é real.

Você está construindo sua casa mental o tempo todo, e seus pensamentos e imagens mentais representam sua planta. Hora por hora, momento por momento, você pode construir saúde radiante, sucesso e felicidade pelos pensamentos que você pensa, as ideias que você abriga, as crenças que você aceita e as cenas que você ensaiar no estúdio escondido de sua mente. Esta mansão, após a construção da qual está perpetuamente comprometida,

será sua personalidade, sua identidade neste plano, sua história de vida na terra.

Comece uma planta nova; construa silenciosamente se concentrando na paz, harmonia, alegria e boa vontade no momento presente. Construa acima dessas bases e seu subconsciente aceitará seu projeto e trará tudo isso à superfície: *Pelos seus frutos os conhecereis.*

A CIÊNCIA E A ARTE DA VERDADEIRA ORAÇÃO.

O significado da palavra ciência pode ser definido como um conjunto de conhecimentos que sejam coordenados, organizados e sistematizados. Vamos falar sobre a ciência e a arte da verdadeira oração. Este conjunto de conhecimento lida com os princípios fundamentais da vida. Ele descreve técnicas e processos que podem ser demonstrados em sua vida e na vida de qualquer ser humano que aplicá-las fielmente. A arte é a sua técnica ou processo, e a ciência por trás disso é a resposta definida pelo pensamento da mente criativa e de seu quadro mental.

Peçam e vocês receberão; procurem e vocês acharão; batam, e a porta será aberta para vocês. (Mateus 7, versículo 7).

O que nos diz este célebre versículo? Claramente significa que você receberá aquilo que você pedir, se pedir. Portas se abrirão a você, se você bater, e você achará o que procura, se você procurar. Esse ensinamento implica na definição das leis mentais e espirituais. Há sempre uma resposta direta da inteligência infinita de seu subconsciente ao seu pensamento consciente. *Se você pedir pão, você não receberá uma pedra.*

Você deve pedir acreditando que você está recebendo. Sua mente se direciona do pensamento para a coisa. A menos que primeiro exista uma imagem na mente, nada acontecerá, pois não haveria nada para sua mente se mover em direção. Sua oração, que é seu ato mental, deve ser aceita como uma imagem em sua mente para que o poder do seu subconsciente se ative sobre ela para produzi-la. Você deve alcançar um ponto de concordância em sua mente, um estado absoluto e indiscutível de aceitação.

Essa contemplação deve ser acompanhada por um sentimento de alegria e sossego, prevendo os aspectos de realização do seu desejo. A base sólida para a ciência verdadeira e da arte da oração, é seu conhecimento e a total confiança de que o movimento de sua mente consciente obterá uma resposta definitiva de seu subconsciente, que tem a sabedoria infinita e poder infinito. Seguindo este procedimento, suas orações serão atendidas.

A TÉCNICA DA VISUALIZAÇÃO.

A maneira mais fácil e mais óbvia para formular uma ideia é visualizá-la, para isso, visualize a ideia com vividez na imaginação de sua mente, como se ela estivesse viva. A olho nu você só enxerga o que já existe no mundo externo. De forma semelhante, o que você pode visualizar com os olhos da mente, será o que já existe nos reinos invisíveis da sua mente. Qualquer imagem que você tem em sua mente é a substância das coisas que esperam, e a prova das coisas ainda não vistas. O que você forma em sua imaginação é tão real quanto qualquer parte do seu corpo. A ideia e o pensamento são reais e aparecerão um dia em seu mundo objetivo se você for fiel à sua imagem mental.

Este processo de pensamento faz impressões em sua mente. Estas impressões por sua vez tornam-se manifestas como fatos e experiências em sua vida. Arquitetos visualizam o tipo de edifício que eles querem. Eles o veem como eles desejam que fique ao ser concluído. Suas imagens e processos de pensamento tornam-se uma maquete da qual o edifício irá emergir. Pode ser bonito ou feio, um arranha-céus ou uma casinha de um andar, mas começa como uma visualização. Imagens mentais do arquiteto são projetadas conforme são desenhadas no papel. Eventualmente, o empreiteiro e trabalhadores da construção civil reúnem os materiais essenciais, e a construção prossegue até que esteja finalizada, em perfeita conformidade com os padrões mentais do arquiteto.

Eu sempre uso a técnica da visualização antes de falar em um auditório. Eu aquieto as engrenagens da minha mente para que eu apresente à mente subconsciente as minhas imagens de pensamento. Então imagino o auditório inteiro. Seus assentos preenchidos com homens e mulheres que estejam iluminados e inspirados pela infinita presença de cura dentro de cada um. Eu vejo a todos radiantes, felizes e livres.

Tendo construído a ideia na minha imaginação, eu calmamente a mantenho como uma imagem mental, enquanto imagino eu ouço as pessoas dizendo: “Eu estou curada”, “Eu me sinto maravilhoso”, “Eu estou transformado”. Assim eu permaneço por 10 minutos ou mais. Eu deixo a mim mesmo conhecer e sentir que corpo e mente de cada pessoa estão saturados de amor, plenitude, beleza e perfeição. Minha consciência cresce ao ponto onde, em minha mente, ouço as vozes da multidão proclamando sua saúde e felicidade. Em seguida, mentalizo toda a imagem e vou para o palco.

Utilizando esta técnica quando eu discurso, faz com que muitas vezes, eu ouça pessoas que me procuram depois de algum tempo, e relatam que suas

preces foram atendidas.

MÉTODO DO FILME MENTAL.

Como diz o velho ditado, “uma imagem vale mais que mil palavras”. Devemos enfatizar o fato de que a mente subconsciente realizará qualquer imagem mantida na mente e apoiada pela fé: *agindo da maneira que eu penso, assim serei*.

Alguns anos atrás eu estava em uma turnê de palestras no centro-oeste do país que me levou a vários estados. Eu queria ter uma residência permanente naquela região, e eu poderia trabalhar melhor para aqueles que precisassem da minha ajuda. Minhas viagens me levaram para bem longe, mas eu não me esqueci da ideia de morar lá em um local fixo. Uma noite em um quarto de hotel em Spokane, Washington, eu relaxei um sofá. Eu me imobilizei em minha atenção. De uma forma tranquila e passiva, imaginei que eu estava falando com um grande público. Eu dizia àqueles que estavam me ouvindo, “Estou feliz de estar aqui agora; eu estive rezando muito por essa oportunidade única”.

Eu via aquela plateia imaginária na minha mente, e sentia a realidade de tudo. Eu fiz o papel de ator dramatizando neste filme mental. Eu me senti satisfeito com esta imagem que estava sendo levada ao meu subconsciente, que iria manifestá-la à sua maneira. Na manhã seguinte, ao despertar, senti uma grande sensação de paz e satisfação. Alguns dias depois recebi uma ligação de uma organização no centro-oeste, me pedindo para ocupar um cargo de diretor. Assim eu fiz, e eu aproveitei profundamente muitos anos realizando trabalhos por lá.

O método que acabei de descrever é muitas vezes referido como “o método do filme mental”. Tenho recebido um grande número de cartas de pessoas que tem lido meus livros, ou que me ouviram falar, contavam-me dos maravilhosos resultados obtidos usando esta técnica.

Uma área em que o filme mental parece ser especialmente útil é na venda de imóveis. Se você tem uma casa ou propriedade para venda, sugiro que você primeiro convença-se em sua própria mente de que seu preço é certo e justo para você e para o eventual comprador. Depois de ter feito isso, acalme a mente, relaxe, deixe-se entrar em um estado sonolento, o sono reduz todo esforço mental ao mínimo. Agora imagine o cheque em mãos, alegre-se por recebê-lo, e agradeça por ele, vá dormir sentindo a naturalidade completa do filme mental criado em sua mente.

Você deve agir como se isso já fosse uma realidade objetiva. Quando você

o faz, o subconsciente tomará isto como uma impressão. Então, a inteligência infinita atrairá para você o comprador que realmente quer comprar a sua propriedade e que vai amá-la e prosperar nela. Através das correntes mais profundas da mente, o comprador e o vendedor são levados ao encontro. Uma imagem mental realizada na mente, apoiada pela fé, irá se realizar.

A TÉCNICA DE BAUDOIN.

Charles Baudoin foi professor do Instituto Rousseau, na França. Ele era um psicoterapeuta brilhante e um diretor de pesquisa da Escola de Cura de Nova Nancy. Ele descobriu que a melhor maneira para impressionar a mente subconsciente era entrar em um estado de sonolência, ou algum estado semelhante ao sono, em que todo esforço fosse reduzido ao mínimo. Então a ideia poderia ser transmitida para o subconsciente de uma forma tranquila, passiva, receptiva, por reflexão. Conforme Baudoin explicou:

Uma forma simples de assegurar esta (impregnação da mente subconsciente) é condensar a ideia da qual será o objeto da sugestão, para resumir em uma breve frase que pode ser facilmente gravada na memória, e repeti-la por várias e várias vezes como se fosse uma canção de ninar.

Alguns anos atrás, uma jovem viúva em Los Angeles encontrou-se em meio de uma longa e amarga disputa familiar. Seu falecido marido deixou sua propriedade inteira a ela, mas os filhos e filhas dele de um casamento anterior tinham entrado com uma ação para contestar a vontade do pai. Suas ofertas de um acordo foram repelidas.

Quando ela me pediu minha ajuda, expliquei-lhe a técnica de Baudoin. Insisti para condensar a ideia de sua necessidade em uma frase com poucas palavras que poderiam ser facilmente gravadas na memória. A frase que ela encontrou foi: “Está consumado em divina ordem.” Para ela, estas palavras significavam que a inteligência infinita, operando através das leis de sua mente subconsciente, manifestariam uma conclusão harmoniosa através do princípio da harmonia.

Todas as noites durante dez noites ela sentou em uma poltrona, e sistematicamente relaxava seu corpo e entrava em estado de sono. Uma vez no estado de sonolência, ela afirmava lentamente, calmamente, e sensivelmente a sua instrução, “está consumado na ordem divina”, várias vezes seguidas. Ela chegava a sentir uma sensação de paz interior e uma tranquilidade onipresente; em seguida ela saía normalmente de seu sono profundo.

Na manhã do décimo primeiro dia, ela acordou com uma sensação de bem-estar e uma convicção de que tudo estava realmente resolvido. O advogado dela ligou para ela no mesmo dia. O advogado adversário e seus clientes estavam dispostos a ceder. Um acordo harmonioso foi realizado e o processo foi abandonado.

A TÉCNICA DO SONO.

Quando você entra em um estado sonolento, o esforço mental é reduzido ao mínimo. A mente consciente fica submersa e bastante receptiva quando em um estado de sono. A razão para isto é que o grau mais alto de afloramento do subconsciente ocorre logo antes de dormir e logo após acordarmos. Neste estado, os pensamentos negativos que tendem a neutralizar seu desejo e assim impedir a aceitação por sua mente subconsciente, não se acharão mais presentes.

Suponha que você quer se livrar de um hábito destrutivo. Assuma uma postura confortável, relaxe seu corpo e se acalme. Fique em estado sonolento e nesse estado de sono, diga em voz baixa e tranquila, como se estivesse cantando uma canção de ninar, “Estou completamente livre deste hábito; a harmonia e paz de espírito reinam em mim.” Repita estas palavras lentamente, em silêncio e amorosamente por cinco ou dez minutos de noite e de manhã. Cada vez que você repetir estas palavras, a carga emocional que as acompanha se tornará cada vez maior. Quando surgir um impulso que possa levá-lo a repetir o hábito negativo, repita esta fórmula em voz alta para sua mente. Desta maneira você vai induzir o subconsciente a aceitar a ideia, e uma cura se seguirá.

A TÉCNICA DA GRATIDÃO.

Na Bíblia, Paulo recomenda que façamos ser conhecidos os nossos pedidos, com louvor e gratidão. Alguns resultados extraordinários seguem este método simples de oração. O coração agradecido está sempre próximo das forças criativas do universo, fazendo como que incontáveis bênçãos fluam em sua direção, pela lei do relacionamento recíproco, baseado na lei cósmica da ação e reação.

Uma jovem mãe recentemente me contou de sua experiência com esta técnica. Ela disse, “Eu estava desempregada e quebrada, com três filhos pequenos para alimentar e vestir. Eu não sabia o que fazer. Então eu ouvi você explicar que devemos ser gratos mesmo antes de nossas orações serem atendidas. Era como se uma luz tivesse entrado em minha mente. Eu sabia que tinha que tentar isto”.

Toda noite e toda manhã por cerca de três semanas, esta mulher repetiu as palavras, “Obrigada, pai, pela minha riqueza. ” Ela fez isso de um modo relaxado, calmo e continuava até que o sentimento de gratidão dominasse a mente dela. Ela imaginava que ela se dirigia ao poder infinito e à inteligência interior, sabendo é claro, que ela não iria literalmente ver a inteligência criativa ou a mente infinita. Ela estava vendo com o olhar interior da percepção espiritual, percebendo que seu pensamento e imagem de riqueza eram a causa primária, em relação a dinheiro, posição e alimentação que precisava. Seus pensamentos e sentimentos eram a substância de riqueza desembaraçada de qualquer tipo de condição anterior.

Repetindo, “Obrigado, pai”, várias e várias vezes, o coração e a mente da mulher foram levados até ao ponto de aceitação. Quando os pensamentos de falta, pobreza e sofrimento vinham à mente dela perturbá-la, ela dizia, “Obrigada, pai”, sempre que necessário. Ela sabia que, conforme ela mantivesse a atitude de gratidão, ela iria recondicionar sua mente à ideia de riqueza. Isto foi exatamente o que aconteceu.

A oração desta mãe teve uma sequela interessante. Pouco tempo depois que ela começou a orar da maneira que acabamos de descrever, ela encontrou pela rua, um antigo patrão que ela já não via acerca de cinco anos. O antigo patrão lhe ofereceu um serviço de grande responsabilidade e bem remunerado. Ele inclusive lhe ofereceu um empréstimo temporário até que ela recebesse seu primeiro salário. Como ela disse, “Eu nunca vou esquecer o incrível poder do 'Obrigado, pai.' Realizou maravilhas para mim. ”

O MÉTODO DA AFIRMAÇÃO.

A eficácia de uma afirmação é determinada em grande parte por sua compreensão da verdade e do significado que fundamentam as suas palavras, ou seja, não use palavras em vão em suas orações. O poder da sua afirmação reside na aplicação positiva e inteligente de definições específicas. Suponha que um aluno adiciona três mais três e escreve sete na lousa. O professor o corrige com a certeza matemática que três mais três são seis; então, a criança altera o resultado se corrigindo. A declaração do professor não fez o cálculo: três mais três, valer seis. Isto já era uma verdade matemática que por sua vez fez com que a criança corrigisse os números no quadro-negro sem duvidar.

Não é normal uma pessoa ficar doente; o normal é estar saudável. Saúde é a verdade do seu ser. Quando você afirma saúde, harmonia e paz para si

mesmo ou para outro, e quando você percebe que estes são princípios universais do seu próprio ser, você reorganiza os padrões negativos da sua mente subconsciente, com base na sua fé e na compreensão daquilo que você afirma.

O resultado do processo afirmativo de oração depende da conformidade com os princípios da vida, independentemente de aparências. Considere por um momento: há um princípio de matemática, mas nenhum erro. Há um princípio de verdade, mas nenhum de desonestidade. Há um princípio de inteligência, mas nenhum da ignorância. Há um princípio de harmonia, mas nenhum da discórdia. Há um princípio de saúde, mas nenhum de doença, e há um princípio de abundância, mas nenhum de pobreza.

Optei por usar o método afirmativo, quando minha irmã estava prestes a ser operada para a remoção de cálculos biliares em um hospital na Inglaterra. O diagnóstico baseou-se nos exames habituais do hospital em procedimentos de raio-x. Ela me pediu para eu rezar por sua recuperação. Eu estava a quase 10 mil quilômetros de distância, mas isso não me deteve. Não há tempo nem espaço no princípio da mente. A Mente infinita ou inteligência está presente em sua totalidade em todos os lugares simultaneamente.

Várias vezes por dia, eu removia completamente todo o pensamento da contemplação dos sintomas da minha irmã e também da sua personalidade corpórea. Com calma e confiança, eu afirmava como se segue:

Esta oração é para minha irmã Catherine. Que ela fique relaxada, em paz, equilibrada, calma e serena. A inteligência de cura da sua mente subconsciente que criou o corpo dela está agora transformando cada célula, nervo, tecido, músculo e osso do seu ser de acordo com o padrão perfeito de todos os órgãos, apresentado em sua mente subconsciente. Silenciosamente, em tranquilidade, todos os padrões distorcidos em seu subconsciente serão dissolvidos e removidos, e a vitalidade, plenitude e beleza do princípio da vida serão manifestadas em cada átomo do seu ser. Ela está agora aberta e receptiva para as correntes curadoras que estão fluindo através dela como um rio, restaurando-lhe a paz, harmonia e saúde perfeita. Todas as distorções e imagens ruins são agora lavadas pelo oceano infinito de amor e paz que flui através dela, e assim será.

No final de duas semanas, minha irmã tinha um outro exame. Seus raios-x deram negativos. O médico admitiu que ela mostrou uma cura notável e cancelou a cirurgia agendada.

Afirmar é declarar que, assim será. Na medida em que você manter essa atitude de espírito como verdade, independentemente de tudo o que prove

o contrário, você receberá uma resposta à sua oração. Sua mente ou seus pensamentos sempre são afirmativos, porque mesmo quando você nega algo, você está na verdade afirmando a impossibilidade de realizar alguma coisa. Repetindo uma afirmação, sabendo o que está dizendo e por que você está dizendo, leva a mente a esse estado de consciência, onde ela aceita aquilo que você atesta como verdadeiro. Mantenha as afirmações das verdades da vida até que você consiga a reação subconsciente que lhe satisfaça.

O MÉTODO ARGUMENTATIVO.

Esse método é exatamente o que seu nome implica. Ele decorre do incrível trabalho do Dr. Phineas Parkhurst Quimby, um pioneiro na cura mental e espiritual que viveu e trabalhou em Belfast, no Maine, há mais de um século. Ele realmente foi um psicanalista pioneiro e pai da medicina psicossomática. Ele também teve uma notável capacidade de usar a clarividência para diagnosticar a causa de problemas, dores e transtornos em seus pacientes.

Em síntese, o método argumentativo empregado com êxito por Quimby consistia no raciocínio espiritual. Você convence o paciente e a si mesmo que a doença é devida às falsas crenças, medos infundados e padrões negativos apresentados na mente subconsciente. Você estando claramente convencido em sua mente, convence seu paciente que a doença ou enfermidade é devida apenas a um padrão distorcido e desalinhado de pensamento que tomou forma no corpo. Esta crença errada em algum poder externo e causas externas agora está exteriorizada em si como doença e pode ser revertida, alterando os padrões de pensamento.

Você explica para a pessoa doente que a base de toda cura é uma mudança de crença. Você também ressalta que o subconsciente que criou o seu corpo e todos os seus órgãos; portanto sabe como curá-la, pode curá-la e o está fazendo agora enquanto você fala. Você apela no tribunal da sua mente que a doença é uma sombra da mente baseada em imagens e pensamentos mórbidos, encharcados de doença. Continue a acumular todas as provas que você pode reunir em nome do poder de cura interior, que criou todos os órgãos, e em primeira instância, ele possui um padrão perfeito de cada célula, nervo e tecido dentro dele.

Então, você declara um veredito no tribunal da sua mente em favor de si mesmo e de seu paciente. Você o liberta da doença pela fé e compreensão espiritual. Suas evidências mentais e espirituais são esmagadoras. Uma vez que exista apenas uma mente onipresente, o que você sente como

verdadeiro é manifestado na experiência do paciente, e sua cura se seguirá.

O MÉTODO ABSOLUTO É COMO UMA TERAPIA MODERNA DE ULTRA SOM.

Muitas pessoas em todo o mundo praticam esta forma de tratamento de oração com resultados maravilhosos. A pessoa que usa o método absoluto menciona o nome do paciente. Então ela silenciosamente pensa em Deus e em suas qualidades e atributos, tais como, Deus é em seu todo, felicidade, amor infinito, inteligência infinita, todo-poderoso, sabedoria ilimitada, harmonia absoluta, beleza e perfeição indescritível. À medida que ela pensa calmamente ao longo desta direção a consciência dela é elevada em uma nova dimensão espiritual. Ela sente o oceano infinito do amor de Deus, dissolvendo tudo o que é imperfeito no corpo e na mente do paciente para quem ela está rezando. Ela sente todo o poder e o amor de Deus que está agora focado no paciente. Tudo o que era irritante ou incômodo agora está completamente neutralizado na presença do oceano infinito da vida e do amor.

O método absoluto de oração pode ser comparado com os últimos desenvolvimentos em fonoterapia. Estes me foram explicados recentemente por um distinto médico em Los Angeles. O dispositivo que ele usa em seu trabalho gera poderosas ondas de som em frequências extremamente altas. Quando estes se concentram em áreas do corpo onde existem tecidos anormais, as células afetadas reagem ressoando ao ultra-som.

À medida que nos elevamos na consciência contemplando as qualidades e atributos de Deus; geramos ondas espirituais de harmonia, saúde e paz. Aquelas pessoas em que estas ondas estão focadas, se ressoam com elas, e elas os respondem. Muitas curas notáveis foram obtidas por esta técnica de oração.

UMA PESSOA ALEIJADA VOLTA A ANDAR.

O Dr. Quimby frequentemente utilizou o método absoluto nos últimos anos de sua carreira de cura. Ele descreveu em um dos seus manuscritos como ele curou uma mulher aleijada. Ele foi chamado para visitar esta mulher, que estava coxa, envelhecida, e fraca em uma cama. Ele atestou que a doença dela era devida ao fato de que ela estava presa a um credo contraditório, e de que ela não poderia ficar de pé e mover-se novamente. Ela estava vivendo no túmulo do medo e da ignorância. Porque ela interpretou a Bíblia literalmente ao pé da letra, e se assustou com ela.

“Neste túmulo”, Quimby disse, “estava a presença e o poder de Deus tentando ultrapassar as fronteiras, romper as amarras e se ressuscitar dos mortos. ”

Quando a mulher pediu a outras pessoas que lhe explicassem uma passagem da Bíblia, a resposta errada que lhe deram se tornou uma pedra; desde então ela sentia fome do pão da vida. Dr. Quimby diagnosticou seu caso como uma mente nublada e estagnada devido à excitação e medo, causados pela incapacidade de enxergar claramente o significado da passagem da Bíblia que ela tinha lido. Isto mostrou-se em seu corpo pelo sentimento de peso e lentidão que poderiam resultar em sua paralisia completa.

Neste ponto Quimby perguntou a ela o que diziam os versos da Bíblia:

Portanto, Jesus disse: “Eu continuo mais um pouco convosco, antes de ir para aquele que me enviou. Vós me procurareis, mas não me achareis, e onde eu estou, vós não podeis ir. ” (João 7, versículos 33 a 34).

Ela dizia que isso significava que Jesus se foi para o céu e não poderíamos ir com ele. Quimby então explicou para ela o significado real da passagem, dizendo-lhe que o trecho: *continuo mais um pouco convosco*, significava a explicação dos seus sintomas, sentimentos e suas causas, seriam apenas passageiras. Ele tinha compaixão e simpatia por ela, mas no momento Ele não poderia permanecer com ela nesse estado mental. Então ela teria que dar o próximo passo e *ir para aquele que me enviou*. Isto, Quimby falou, é o mesmo que dizer que devemos recorrer ao poder criativo de Deus em todos nós, aquele que nos enviou.

Quimby imediatamente viajou em sua mente e contemplou o ideal divino; ou seja, a vitalidade, inteligência, harmonia e poder de Deus funcionando na mulher doente. É por isso que ele disse a ela que: “*Vós me procurareis, mas não me achareis, e onde estou, vós não podeis ir*”, enquanto ela permanecesse em sua crença estreita, restrita; pois Ele, está na saúde.

Esta oração e explicação produziram uma sensação instantânea, e uma mudança veio na mente dela. Ela andou sem suas muletas! Quimby disse que era a mais singular de todas as suas curas. Ela estava como que morta pelo medo e trazê-la para a vida ou verdade era como ressuscitá-la da morte. Quimby remeteu-se à ressurreição de Cristo e a aplicou no caso dela, revivendo o Cristo (sua saúde) em sua mente; Isto produziu um efeito poderoso sobre ela. Ele também explicou para ela que a verdade que ela aceitou foi o anjo ou a ideia, que removeu, para o lado, a pedra do medo, da ignorância e superstição. Isto então liberou o poder de cura de Deus, que fez dela completa por inteiro novamente.

O MÉTODO DO DECRETO.

Nossa palavra ganha poder de acordo com o sentimento e a fé por trás dela. Quando percebemos que o poder que move o mundo está se movendo em nosso nome e está a apoiar nossa palavra, nossa confiança assegura o nosso crescimento. Você não tenta adicionar potência a potência. Não deve haver nenhum esforço mental, coerção, força ou luta mental.

Uma jovem mulher usou o método do decreto sobre um jovem que estava constantemente ligando para ela, pressionando ela para um encontro. Ela achou muito difícil se livrar dele. Quando ele começou a aparecer no seu local de trabalho, ela percebeu que ela tinha que fazer algo drástico ao mesmo tempo.

Várias vezes ao dia, ela se colocava em um estado de calmo e repetidamente decretava o seguinte:

“Eu concedo J-R a Deus. Ele está no seu verdadeiro lugar em todos os momentos. Estou livre, e ele está livre. Agora decreto que minhas palavras adentram na mente infinita e faz com que isso aconteça. Assim será. “

Segundo ela, o jovem imediatamente desapareceu da vida dela. Ela nunca mais o viu desde então. Ela disse, “Foi como se a terra tivesse engolido ele”.

Tudo que planejares realizar dará certo, e a luz brilhará constantemente em teus caminhos. (Jó 22, versículo 28).

SIRVA-SE COM A VERDADE CIENTÍFICA.

- Seja um engenheiro mental e use as técnicas testadas e comprovadas em construir uma vida maior e melhor.
- Seu desejo é sua oração. Imagine a satisfação de seu desejo atendido agora e sinta a sua realidade, e você experimentará a alegria da oração respondida.
- Deseje realizar as coisas da maneira mais fácil com a certeza da ajuda da atitude mental.
- Você pode construir saúde radiante, sucesso e felicidade pelos pensamentos que você pensa no estúdio escondido de sua mente.
- Experimente cientificamente até que você se convença pessoalmente de que há sempre uma resposta direta da inteligência infinita de sua mente subconsciente ao seu pensamento consciente.
- Sinta a alegria e tranquilidade em prever a realização de seu desejo.

Qualquer imagem mental que você tenha em sua mente, é a substância das coisas que esperam, e a prova das coisas não vistas.

- Uma imagem vale mais que mil palavras. Seu subconsciente vai revelar qualquer imagem realizada na mente que seja apoiada pela sua fé.
- Evite todo esforço ou coerção mental na oração. Entre em um estado relaxante, sonolento e acalme-se para dormir sentindo e sabendo que sua oração está atendida.
- Lembre-se de que o coração agradecido está sempre perto das riquezas do universo.
- Para afirmar, declare: “*Que assim será feito*”, e conforme você manter essa atitude de espírito como verdade, mesmo que as evidências provem o contrário, você receberá uma resposta à sua oração.
- Gere ondas de harmonia, saúde e paz, com o pensamento no amor e na glória de Deus.
- O que você decreta e sente como verdadeira vontade, virá a acontecer. Decrete harmonia, saúde, paz e abundância.

CAPÍTULO 7 - A TENDÊNCIA DO SUBCONSCIENTE É A VIDA.

Mais de 90% da sua vida mental é inconsciente. Se você não conseguir fazer uso deste poder maravilhoso, você estará condenando a si mesmo a viver dentro de limites muito restritos.

Seus processos subconscientes são sempre plenos e construtivos. Seu subconsciente é o construtor de seu corpo e mantém todas as suas funções vitais. Está trabalhando 24 horas por dia e nunca dorme. Ele está sempre tentando lhe ajudar a se preservar da dor.

Sua mente subconsciente está em contato com a vida infinita e sabedoria sem limites, seus impulsos e ideias são sempre para a vida. As grandes aspirações, inspirações e visões para uma vida maior e mais nobre nascem do subconsciente. Suas convicções mais profundas são aquelas que não se pode discutir racionalmente, porque elas não vêm da sua mente consciente, e sim da sua mente subconsciente.

Seu subconsciente fala com você em intuições, impulsos, palpites, sugestões, desejos e ideias. Ele sempre está dizendo para levantar-se, transcender, crescer, avançar, aventurar e mover-se para a frente e para o alto. O desejo de amar, de salvar a vida dos outros, vem das profundezas do seu subconsciente. Por exemplo, durante o grande terremoto de São Francisco e o incêndio de 18 de abril de 1906, pessoas amputadas e pessoas com deficiências físicas, que tinham sido confinadas à cama por longos períodos de tempo levantaram-se e realizaram proezas incríveis de bravura e resistência. O intenso desejo brotou dentro deles para salvarem aos outros a todo custo, e o subconsciente respondeu em conformidade.

Grandes artistas, músicos, poetas, oradores e escritores sintonizam-se com seus poderes subconscientes e tornam-se animados e inspirados. Robert Louis Stevenson, antes de ir dormir, costumava carregar o seu subconsciente com a tarefa de criar histórias para ele enquanto ele dormia. Ele estava acostumado a pedir para seu subconsciente dar-lhe um bom suspense, com grande aceitação comercial, sempre que sua conta bancária estava em baixa. Stevenson disse que a inteligência de sua mente mais profunda lhe dava as histórias peça por peça, como uma série. Isto mostra como seu subconsciente dirá ditos nobres e sábios através de você, e que sua mente consciente não sabe de nada a respeito.

Wain Mark T confidenciou ao mundo, em muitas ocasiões que nunca trabalhou na vida dele. Todo o seu humor e todos os seus grandes escritos foram o resultado de sua capacidade de explorar o reservatório inesgotável

de sua mente subconsciente.

COMO O CORPO RETRATA O FUNCIONAMENTO DA MENTE.

A interação de sua mente consciente e subconsciente requer uma interação semelhante entre os sistemas correspondentes dos nervos. O sistema nervoso central ou voluntário é o órgão da mente consciente. O sistema autônomo é o órgão da mente subconsciente. O sistema nervoso voluntário é o canal através do qual você recebe a percepção consciente por meio de seus sentidos físicos e exerce o controle voluntário sobre o movimento de seu corpo. Este sistema tem o seu centro de controle no córtex cerebral do cérebro.

O sistema nervoso autônomo, por vezes referido como o sistema nervoso involuntário, tem seus centros de atividade em outras partes do cérebro, incluindo o cerebelo, o tronco cerebral e a amígdala. Estes órgãos têm suas próprias conexões para os principais sistemas do corpo e apoiam suas funções vitais, mesmo quando a consciência consciente está ausente. Os dois sistemas podem funcionar separadamente ou de forma síncrona. Por exemplo, quando uma percepção de perigo chega ao centro de comutação no cerebelo, as mensagens são enviadas para o córtex consciente e a subconsciente amígdala. Habilidades de defesa da pessoa podem começar a responder ao perigo, mesmo antes do perigo conscientemente ser notado e avaliado.

Uma maneira simples de olhar para a interação física e mental é perceber que a sua mente consciente agarra uma ideia que é paralelamente correspondente a uma série de impulsos elétricos em seu sistema voluntário de nervos. Isso por sua vez faz com que uma corrente semelhante seja gerada no seu sistema involuntário de nervos, assim, entregam a ideia à sua mente subconsciente, que é o meio criativo. É assim que seus pensamentos se tornam coisas.

Cada pensamento entretido por sua mente consciente e aceito como verdade é enviado pelo seu córtex e para os outros órgãos do cérebro que auxiliam a sua mente subconsciente, para serem transformados em sua carne e para serem trazidos ao seu mundo como uma realidade.

HÁ UMA INTELIGÊNCIA QUE TOMA CONTA DO CORPO.

Quando você estuda o sistema celular e a estrutura dos órgãos, como os olhos, ouvidos, coração, fígado, bexiga e assim por diante, você descobre que eles consistem de grupos de células que formam uma inteligência de grupo que permite que funcionem juntos. Eles são capazes de receber

ordens e realizá-los em função dedutiva, por sugestão da mente consciente. Um estudo cuidadoso de um organismo unicelular pode mostrar o que se passa em seu corpo complexo. Embora um organismo unicelular não tenha órgãos, ele ainda dá provas de ação e reação mental, executando as funções básicas do movimento, alimentação, assimilação e eliminação. Muitos dizem que há uma inteligência que cuidará do seu corpo, se você deixá-lo sozinho. Isto é verdade em um sentido. A dificuldade é que a mente consciente sempre interfere com a sua evidência sensorial, baseando-se nas aparências exteriores. Elas o conduzem e o influenciam por falsas crenças, medos e mera opinião. Quando são feitos registros de medos, falsas crenças e padrões negativos em seu subconsciente através do condicionamento psicológico e emocional, não fica nenhum outro caminho aberto para a mente subconsciente, exceto ao se agir sobre as especificações projetadas e oferecidas a ele.

A MENTE SUBCONSCIENTE TRABALHA CONTINUAMENTE PARA O BEM COMUM.

O ser subjetivo dentro de você trabalha continuamente para o bem geral, refletindo um princípio inato da harmonia por trás de todas as coisas. Sua mente subconsciente tem a sua própria vontade, e é muito real em si. Funciona noite e dia, esteja você acordado ou não. É o construtor de seu corpo, mas você não pode ver, ouvir ou senti-lo construindo. Tudo isso é um processo silencioso. Seu subconsciente tem uma vida própria que está sempre se movendo em direção à harmonia, saúde e paz. Esta é a norma divina dentro dele, buscando a expressão através de você em todos os momentos.

COMO OS SERES HUMANOS A INTERFEREM NO PRINCÍPIO INATO DA HARMONIA.

Para pensar corretamente, cientificamente, precisamos saber a verdade. ” Como diz o velho ditado, “conheceis a verdade e a verdade vos libertará”. Conhecer a verdade é estar em harmonia com a inteligência infinita e o poder de sua mente subconsciente, que está sempre em direção à vida.

Cada pensamento ou ação que não seja harmoniosa, se, por ignorância ou forma, resultará em discórdia e limitação de todos os tipos. Os cientistas nos informam que através da renovação celular dos tecidos, você constrói um novo corpo a cada onze meses, então do ponto de vista físico temos apenas onze meses de idade. Se você construir defeitos que retornam em seu corpo, por ter pensamentos de medo, raiva, inveja e má vontade, você

não tem ninguém para culpar além de si mesmo.

Você é a soma total de seus próprios pensamentos. Você pode se livrar dos pensamentos e imagens negativos. A maneira de se livrar das trevas é com luz; a maneira de superar frio é com calor; a maneira de superar o pensamento negativo é substituí-lo pelo pensamento bom. Afirme o bem e o mal desaparecerá.

O NORMAL É SER SAUDÁVEL, VITAL E FORTE.

Em média a criança nasce no mundo perfeitamente saudável, com todos os seus órgãos funcionando perfeitamente. Este é o estado normal, e deve permanecer forte, saudável e vital. O instinto de autopreservação é o mais forte instinto de sua natureza, e que constitui uma verdade mais potente, sempre presente e constantemente operativa, inerente à sua natureza.

Todos os seus pensamentos, ideias e crenças vão operar com maior potencialidade quando eles estiverem em harmonia com o princípio de vida em você, que sempre procura te preservar e te proteger de todas as maneiras. Isto decorre destas condições normais que podem ser restauradas e induzidas com maior facilidade e certeza do que as condições anormais.

Não é normal estar doente. A condição da doença significa simplesmente que você está indo contra o fluxo da vida e pensando negativamente. A lei da vida é a lei do crescimento, toda a natureza testemunha para a operação desta lei, silenciosamente, se expressando constantemente em crescimento. Onde há crescimento e expressão, deve haver vida; onde há vida, deve haver harmonia, e onde há harmonia, há uma saúde perfeita.

Se o seu pensamento está em harmonia com o princípio criador de seu subconsciente, você estará em sintonia com o princípio inato da harmonia. Se você entreter pensamentos que não estão em conformidade com o princípio da harmonia, esses pensamentos se impregnarão em você e vão te perturbar, preocupá-lo e finalmente se concentrarão em doenças, e se persistirem, possivelmente a morte.

Na cura da doença, você deve aumentar a afluência e a distribuição das forças vitais de seu subconsciente durante todo o processo. Isso pode ser feito, eliminando os pensamentos de medo, preocupação, ansiedade, ciúme, ódio e todos os outros pensamentos destrutivos. Estes tendem a derrubar e destruir seus nervos, os tecidos e glândulas do corpo que controlam a eliminação de todos os resíduos materiais e que mantêm organismo em um estado de pureza.

DOENÇA DE POTT CURADA.

A doença de Pott ou tuberculose da coluna vertebral, costumava ser um terrível flagelo das crianças. Uma criança que contraiu se chamava Frederick Elias Andrews, de Indianápolis, Indiana. A doença o deixou aleijado e retorcido, ele não conseguia andar normalmente, para se movimentar tinha que se mover utilizando as mãos e os joelhos. Seu médico o declarou incurável.

Andrews se recusou a aceitar o veredito. Ele começou a rezar. Ele criou sua própria afirmação, repetia ela várias e várias vezes, diversas vezes ao dia e mentalmente absorvia as qualidades que ele precisava:

“Eu sou completo, perfeito, forte, poderoso, amoroso, harmonioso e feliz”.

Ele fez desta oração o último enunciado de seus lábios à noite, e o primeiro da manhã. Ele orava pelos para os outros também, enviando pensamentos de amor e saúde.

Esta atitude da mente e a forma de oração, retornavam a ele muitas vezes multiplicadas. Sua fé e a perseverança valeram a pena e lhe renderam grandes dividendos. Quando pensamentos de medo, raiva, ciúme ou inveja chamavam a sua atenção, ele imediatamente reagia com a força de afirmação de sua mente. Sua mente subconsciente respondeu de acordo com a natureza do seu pensamento habitual. Ele se tornou um homem forte, reto, e bem formado.

Este é o significado da instrução na Bíblia:

“Vá”, disse Jesus, “a sua fé o curou”... (Marcos 10, versículo 52).

COMO A FÉ NO PODER DO SEU SUBCONSCIENTE, FAZ VOCÊ SE RECUPERAR.

Um jovem que vinha nas minhas palestras sobre o poder do subconsciente tinha graves problemas oculares. Seu oftalmologista lhe disse que ele teria que passar por uma cirurgia delicada e arriscada. Depois de aprender sobre a base científica da oração, o jovem disse para si mesmo: “Meu subconsciente fez meus olhos, e ele pode me curar. “

Cada noite, quando ele deitava para dormir, ele entrava em um estado condicionado, meditativo e sonolento. Sua atenção ficava imobilizada e focava a sua mente no médico. Ele imaginava que o médico estava na frente dele e ele o podia ouvir claramente, ou imaginar que ouviu, o médico dizendo a ele, “um milagre aconteceu! “ O jovem fazia isto várias vezes todas as noites antes de dormir, por cinco minutos ou mais.

Três semanas depois ele teve outra consulta com o oftalmologista que

examinou os olhos dele. O médico o examinou novamente e, em seguida, exclamou: “Isto é um milagre! “

O que tinha acontecido? Este homem impressionou sua mente subconsciente, usando o oftalmologista como um meio ou instrumento para convencê-lo ao se transmitir a ideia. Através da repetição, fé e esperança, ele gravou a ideia em seu subconsciente. Sua mente subconsciente fez o olho dele. Ela realizou dentro dele, o padrão perfeito ou o modelo de estrutura do olho normal, saudável. Uma vez impregnada com a ideia de restaurar o olho ao seu estado saudável, ele imediatamente começou a curar o olho. Este é outro exemplo de como a fé no poder curativo do seu subconsciente pode fazê-lo inteiro.

PONTOS A REVISAR.

- Seu subconsciente é o construtor de seu corpo e se mantém no trabalho por vinte e quatro horas por dia. Você atrapalha seu padrão de vida, se carregá-lo com pensamentos negativos.
- Encarregue o seu subconsciente com a tarefa de configurar uma resposta para qualquer problema antes de dormir, e ele vai responder-lhe.
- Tome conta de seus pensamentos. Cada pensamento aceito como verdade é enviado pelo seu córtex consciente para as estruturas subconscientes do cérebro e os trazem para o mundo como uma realidade.
- Saiba que você pode refazer-se, dando um novo plano de saúde para seu subconsciente.
- A tendência do seu subconsciente é sempre para a vida. Seu trabalho é com sua mente consciente. Alimente sua mente subconsciente com premissas que sejam verdadeiras. Seu subconsciente estará respondendo sempre de acordo com seus padrões mentais habituais.
- Você constrói um novo corpo a cada onze meses. Mude o seu corpo, alterando seus pensamentos e mantendo a sua mudança.
- É normal ficar saudável. O anormal é estar doente. Há um princípio inato de harmonia em nosso interior.
- Pensamentos de ciúme, medo, preocupação e ansiedade abalam e destroem seus nervos e glândulas, refletindo-se em doenças físicas e psicológicas de todos os tipos.
- O que você afirma conscientemente e sente como verdadeiro, será manifestado em sua mente e corpo e seus assuntos. Afirme o bem e celebre a alegria de viver.

CAPÍTULO 8 - COMO OBTER OS RESULTADOS DESEJADOS.

Nem todas as orações são respondidas. Todo mundo sabe disso. Os céticos veem isso como uma evidência de que a oração não funciona. O que eles ignoram é que para a oração funcionar, ela deve ser usada efetivamente, com uma clara compreensão e com uma base científica. Só então poderemos saber por que uma oração em particular não teve efeito, e depois então, chegar a um método prático para torná-la mais eficaz.

Você acha que suas orações não são respondidas como você gostaria? Por que então? Você deve entender os possíveis motivos para essa falha. Os principais são: a falta de confiança e muito esforço para orar. Muitas pessoas bloqueiam as respostas às suas orações, por não compreender plenamente o funcionamento de sua mente subconsciente. Quando você sabe como funciona a sua mente, você ganha uma medida de confiança.

Você deve se lembrar que sempre que seu subconsciente aceita uma ideia, ele imediatamente começa a executá-la. Ele usa todos os seus poderosos recursos para esse fim. Ele mobiliza todas as leis mentais e espirituais de sua mente mais profunda. Esta lei é a verdade das boas ideias, mas isto também se torna verdadeiro para ideias ruins. Consequentemente, se você usar a sua mente subconsciente negativamente, traz problemas, fracasso e confusão. Quando você a usar construtivamente, traz orientação, liberdade e paz de espírito.

A resposta certa é inevitável quando seus pensamentos são positivos, construtivos e amorosos. É óbvio que a única coisa que você precisa fazer para superar o fracasso é conseguir que seu subconsciente a aceite a sua ideia ou pedido. Sinta agora a sua realidade e a lei da sua mente fará o resto. Entregue o seu pedido com fé e confiança, e seu subconsciente irá assumir e lhe responder.

A qualquer hora que você tentar forçar sua mente subconsciente para fazer algo por você, você irá falhar. Os resultados que você quer vão se tornar mais demorados em vez de mais rápidos. Sua mente subconsciente não responde à coerção mental. Responde à sua fé ou aceitação da mente consciente.

Sua falha em obter resultados também pode ser uma consequência da insegurança somada às declarações do tipo:

- As coisas estão ficando piores.
- Eu nunca vou conseguir uma resposta.

- Eu não vejo saída.
- Sem chance!
- Eu não sei o que fazer.
- Estou muito confuso.

Quando você usa tais declarações, você fica sem resposta ou cooperação de sua mente subconsciente. Como um soldado marchando em posição, você não vai para a frente nem para trás. Em outras palavras, não chega a lugar nenhum.

Imagine que você entrou em um táxi querendo viajar para um lugar específico, mas você dá ao motorista meia dúzia de destinos diferentes. Ele inevitavelmente ficaria confuso com sua atitude. Ele poderia até a se recusar a fazer a corrida. Mesmo que ele tentasse seguir uma das opções, as chances de chegar ao destino correto não seriam favoráveis. O destino final da viagem seria um mistério.

É o mesmo quando se trabalha com os enormes poderes do seu subconsciente. Você deve ter uma ideia bem definida em sua mente. Você deve chegar na decisão definitiva de que há uma saída, uma solução para o problema vexatório na doença. Só a inteligência infinita dentro de seu subconsciente sabe a resposta. Quando você chegar a essa conclusão clara em sua mente consciente, sua mente então fica composta, e de acordo com sua crença, assim vos será feito.

TENHA CALMA.

O proprietário de uma casa cujo aquecedor quebrou durante uma grande onda de frio, chamou um técnico. O técnico veio em seguida. Dentro de meia hora, o aquecedor estava funcionando novamente. O técnico então entregou ao proprietário uma nota de serviço no valor de 30 dólares.

' O quê '! O proprietário indignado exclamou. “Não demorou nenhuma hora em tudo. Tudo o que você fez foi substituir uma pequena peça. Como você pode ter a coragem de me cobrar 30 dólares para uma pequena peça que não deve valer mais de 5 dólares. ”

O técnico deu de ombros. “Eu cobre apenas dois dólares pela parte quebrada, “ele disse. “Esse é o valor que eu tenho que pagar por ela. ”

O proprietário mostrou a nota na cara dele. “Dois dólares! ” Ele gritou. “Aqui diz 30 dólares. ”

“É verdade”, disse o técnico. “Os outros 28 dólares são por eu saber o que estava errado e como corrigir o problema. ”

Sua mente subconsciente é o mestre da mecânica, que tudo sabe. Conhece as formas e meios de cura para qualquer órgão de seu corpo. Decrete saúde e seu subconsciente irá estabelecê-la, mas relaxar é a chave.

“Tenha calma. “

Não se preocupe em pensar a respeito da maneira e dos detalhes. Saiba qual será o resultado final. Obtenha a sensação da felicidade da solução para seu problema, seja ele de saúde, finanças ou relações pessoais. Lembre-se de como você se sentiu após ter se recuperado de uma doença grave. Tenha em mente que seu sentimento é a pedra fundamental de toda manifestação subconsciente. Sua nova ideia deve ser sentida subjetivamente num estado finalizado, não sinta que é apenas algo que possa vir a acontecer no futuro, mas como algo que realmente vai acontecer a partir deste momento.

O USO DA IMAGINAÇÃO E NÃO DO INTELECTO.

Assimilar os poderes de sua mente subconsciente não é como superar um obstáculo. Pressionar a si mesmo não vai lhe conduzir a melhores resultados. Não use esforço mental. O importante é, visualizar o fim e o estado de liberdade que ele produz. Você encontrará seu intelecto tentando ficar no caminho, racionalizando maneiras de resolver o problema e impor esses costumes no seu subconsciente.

Resista a isto. Guarde suas habilidades de resolução de problemas intelectuais. Persista em manter uma fé simples, infantil, uma fé que realiza milagres. Imagine-se sem a doença ou problema. Imagine a gratificação emocional do estado de liberdade que você procura. Elimine toda burocracia do processo. O Caminho mais simples é o melhor.

COMO A IMAGINAÇÃO DISCIPLINADA PRODUZ MARAVILHAS.

Uma ótima maneira de obter uma resposta de sua mente subconsciente é através da imaginação disciplinada ou científica. Como já vimos, a mente subconsciente é o arquiteto e construtor do corpo. Ele controla todas as suas funções vitais.

A Bíblia diz: tudo quanto pedirdes em oração, crendo, o recebereis. Crer é aceitar algo como verdadeiro, e viver em estado de aceitação. À medida em que você sustentar esse humor, você deve experimentar a alegria da oração respondida.

OS TRÊS PASSOS PARA O SUCESSO NA ORAÇÃO.

Uma Oração bem-sucedida requer três etapas básicas:

1. Conhecer ou admitir o problema.
2. Entregar o problema para seu subconsciente, que conhece a solução ou saída mais eficaz.
3. Descansar com uma sensação de profunda convicção de que está feito.

Dúvidas e hesitações apenas enfraquecem sua oração. Não diga a si mesmo, “quem me dera que eu pudesse ser curado”, ou “Espero que isto funcione.” Seu sentimento sobre a oração é o que dá o tom. A harmonia é sua. Saiba que a saúde é sua também.

Para ser mais eficaz, torne-se um veículo para o infinito poder de cura do seu subconsciente. Passe a ideia de saúde para sua mente subconsciente com completa convicção, então relaxe. Entregue-se ao seu poder. Diga ao seu problema ou circunstância, “Você também passará.” Através de relaxamento e convicção, você impregna seu subconsciente. Isso permite que a energia cinética por trás da ideia assuma e se encaminhe para realização concreta.

PORQUE AS VEZES OBTEMOS O OPOSTO DO QUE REZAMOS.

Emile Coue foi um célebre psicólogo francês, cujas palestras ganharam muitos admiradores e seguidores nos Estados Unidos. Um dos seus importantes insights era este:

Quando seus desejos estão em conflito com sua imaginação, sua imaginação inevitavelmente ganha o dia.

Ele denominava a isto como a lei do esforço inverso.

Suponha que lhe pedissem para caminhar ao longo de uma tábua estreita que estava apoiada sobre o chão. Você faria isso facilmente, sem dúvida. Mas agora imagine a mesma prancha vinte metros de altura, estendendo-se entre dois prédios. Você andaria nela? Você conseguiria?

Provavelmente não. Seu desejo de andar sobre o comprimento da tábua entraria em conflito com sua imaginação. Você poderia imaginar-se caindo fora da tábua e despencando por um longo caminho até o chão. Você pode querer muito atravessar a prancha, mas seu medo de cair o impediria de fazer. Quanto mais esforço você fizer para vencer a sua imaginação ou suprimi-la, maior será a força dada para a ideia dominante da queda.

O pensamento de: “Vou usar minha força de vontade para superar minha fraqueza,” reforça o pensamento de fracasso. Esforço mental, muitas

vezes, leva à autoderrota, criando o oposto do que é desejado. O ato de focalizar a necessidade de exercer a força de vontade é enfatizar a condição de impotência. É como decidir que você fará tudo o que você não pode pensar. A decisão faz essa ideia ser dominante em sua mente e o subconsciente sempre responde mais à ideia dominante. Seu subconsciente aceitará a mais forte entre as duas proposições contraditórias.

Talvez você se encontre pensando;

- Eu quero uma cura, por que eu não consigo?
- Eu me esforço tanto, por que eu não consigo obter resultados?
- Devo me obrigar a rezar sempre e com mais força de vontade.
- Devo usar toda a força de vontade que eu tenho.

Você deve perceber onde se encontra o seu erro. Você está se esforçando demais! Nunca tente obrigar o subconsciente a aceitar a sua ideia através do exercício de força de vontade. Tais tentativas estão fadadas ao fracasso. Muitas vezes, você acaba tendo o oposto do que você reza. O jeito fácil é melhor.

Já viu uma situação assim acontecer com você? Você tem um teste de uma determinada matéria na faculdade ou uma prova eliminatória de um determinado concurso. Você então passa muito tempo estudando e revisando toda a matéria. Você sente como se você já conhecesse tudo “de có e salteado”. Mas no dia do exame, quando você se depara com a prova em branco, parece que lhe dá um branco maior ainda em sua mente. Tudo que você sabe e estudou, de repente desaparece de sua mente. Você não se lembra de um único pensamento relevante. Você range os dentes e se esforça convocando todos os poderes da sua vontade, mas quanto mais você tenta, parece que todo o conhecimento que você sabia se afasta ainda mais de você.

Frustrado, você chuta praticamente todas as questões e entrega o exame. A pressão mental depois se alivia. De repente as respostas que você estava caçando desesperadamente há alguns minutos, surgem tentadoramente de volta à cabeça. Você mesmo disse, você sabia a matéria, você tinha estudado para saber tudo, e com certeza, você sabia... mas não quando você precisava. O seu erro foi tentar forçar a si mesmo a se lembrar. Pela lei do esforço invertido, isto o levou não para o sucesso, mas para a falha. O que você teve foi o oposto do que você pediu ou rezou.

OS CONFLITOS ENTRE O DESEJO E A IMAGINAÇÃO DEVEM SER RESOLVIDOS.

Para ter que usar a força mental ou força de vontade é pressuposto que haja uma oposição. Mas o ato de imaginar a oposição é o que a cria. Se sua atenção está voltada para os obstáculos ao invés do que se deseja, você não mais estará concentrado nos meios para obter o seu desejo.

Na Bíblia, está escrito:

Também lhes digo esta verdade: Se dois de vocês, na terra, concordarem em qualquer coisa importante que pedirem, ela lhes será concedida pelo meu Pai, que está no céu. (Mateus 18, versículo 19).

Quem são esses *dois* de que se fala? Eles representam a união harmoniosa ou acordo entre o consciente e o subconsciente sobre qualquer ideia, desejo ou imagem mental. Quando já não houver qualquer disputa entre as diferentes partes da sua mente, sua oração será atendida. Os *dois* concordando, também podem ser representados como você e seu desejo, seu pensamento e sentimento, sua ideia e emoção, seu desejo e sua imaginação.

Você evita todos os conflitos entre seus desejos e imaginação ao entrar em um estado sonolento, com o sono se traz todo o esforço ao mínimo. A mente consciente fica submersa para que você impregne seu subconsciente - fica mais fácil ao dormir. A razão para isto é que o grau mais alto de afloramento do subconsciente ocorre apenas antes de ir dormir, e depois só quando acordamos. Neste estado, os pensamentos negativos e imagens que tendem a neutralizar seu desejo e assim evitar aceitação por sua mente subconsciente não costumam aparecer. Quando você imagina a realidade do desejo cumprido e sente a emoção da realização, seu subconsciente traz à tona a realização do seu desejo.

Muitas pessoas resolvem todos os seus problemas e dilemas pelo fato de brincar com sua imaginação disciplinada, controlada e dirigida. Eles sabem que tudo o que imaginarem e sentirem como verdade absoluta, encontrará um caminho.

Uma jovem mulher chamada Sara me procurou quase em desespero. Ela estava envolvida em um processo longo e complicado que tinha passado por um adiamento atrás do outro, sem fim à vista. Seu maior desejo era uma solução harmoniosa para a questão. Sua imagem mental, no entanto, estava repleta de fracasso, perda, falência e pobreza. O resultado foi apenas como Coue teria previsto. Sua imaginação prevaleceu sobre seu desejo, e a questão arrastava-se cada vez mais.

Pela minha sugestão, Sara se colocava em um estado calmo e sonolento, a cada noite antes de dormir, e em seguida, começava a imaginar o melhor

meio possível para acabar com o problema dela. Ela se colocava em um estado em que ela podia sentir o melhor de sua capacidade. Ela sabia que a imagem na mente dela tinha que concordar com o desejo do seu coração.

Conforme ela ficava sonolenta, ela começava a imaginar, tão vividamente quanto possível, uma reunião com o advogado dela depois que o processo foi liquidado. Ela ouviu-se fazendo-lhe perguntas sobre o resultado e ouvindo suas explicações. Ela ouviu-o dizer-lhe várias vezes, “o caso foi resolvido fora do tribunal. Esta é a solução perfeita e justa. ”

Durante o dia, quando pensamentos de medo tentavam entrar na mente dela, Sara recorria ao filme mental da reunião com o advogado dela, recordando todas as palavras e movimentos. Ela imaginava seu sorriso, seus gestos, o som de sua voz, as palavras específicas que ele usou. Ela fez isto muitas vezes, tão fielmente, que seus medos estavam neutralizados, antes mesmo deles chegarem a entrar em sua mente.

No fim de algumas semanas, o advogado ligou para ela. Ele confirmou o que ela já tinha imaginado e sentido em verdade. A ação foi resolvida, e ela sabia que o acordo era um que ela poderia aceitar como justo.

Isto é o que os salmistas realmente quiseram dizer quando eles escreveram:

*Ele me levou para um lugar seguro; ele me livrou porque Ele se agradava em mim. (Salmos 18, versículo 19). (i)**

Sejam agradáveis as palavras da minha boca e a meditação do meu coração perante a tua face, Senhor, Rocha minha e Redentor meu! (Salmos 19, versículo 14).

(i) Nota: versículo bíblico incluso nesta edição.

IDEIAS QUE VALEM A PENA SER RELEMBRADAS.

- Coerção mental ou muito esforço mostra ansiedade e medo que bloqueiam a sua resposta. Tenha calma.
- Quando sua mente está descontraída e aceita uma ideia, seu subconsciente vai trabalhar para executar a ideia.
- Pense e planeje independentemente de métodos tradicionais. Saiba que há sempre uma resposta e uma solução para cada problema.
- Não se preocupe excessivamente com o bater do seu coração, com a respiração dos seus pulmões, ou a função de qualquer órgão de seu corpo. Incline-se fortemente em seu subconsciente e proclame frequentemente que o direito de ação Divino está tomando conta.

- O sentimento de saúde produz saúde, o sentimento de riqueza produz riqueza. Como você se sente?
- A imaginação é sua faculdade mais poderosa. Imagine que você é amável e de boa reputação. Você é aquilo que pensa ser.
- Você evita o conflito entre o consciente e o subconsciente no estado sonolento. Sempre imagine a realização do seu desejo antes de dormir. Durma em paz e acorde em alegria.

CAPÍTULO 9 - COMO USAR O PODER DO SEU SUBCONSCIENTE PARA A RIQUEZA.

Se você está tendo dificuldades financeiras, se você está tentando fazer frente às despesas, significa que você não convenceu seu subconsciente de que você sempre terá abundância e um pouco de sobra. Você certamente conhece homens e mulheres que trabalham algumas horas por semana e que fazem somas fabulosas de dinheiro. Eles não se esforçam ou trabalham feito escravos. Eles não acreditam na história de que a única maneira de você poder ficar rico é com o trabalho duro e com o suor que cai da sua testa. O melhor caminho da vida é sempre o mais simples. É fazer a coisa que você ama fazer, e fazer pela alegria e a emoção de fazê-lo .

Eu conheço um executivo em Los Angeles que recebe um salário de seis dígitos. No ano passado ele foi em um cruzeiro de nove meses ao redor do mundo para conhecer sua beleza. Ele me disse que ele havia conseguido convencer sua mente subconsciente que ele vale muito mais que o dinheiro. Ele me disse que há pessoas na sua empresa, ganhando cerca de um décimo do que ele ganha fazendo o mesmo que ele faz, e que sabem mais sobre o negócio do que ele, e provavelmente poderiam gerenciá-lo melhor. No entanto, eles não têm nenhuma ambição e nem ideias criativas. Eles não estão interessados nas maravilhas de sua mente subconsciente.

A RIQUEZA ESTÁ NA MENTE.

A riqueza é em última análise, nada mais do que uma convicção subconsciente por parte do indivíduo. Você não vai se tornar milionário, dizendo, “Eu sou um milionário, sou um milionário”. Você deve constituir uma consciência de riqueza através da construção de sua mentalidade sobre a ideia de riqueza e abundância.

SEUS MEIOS INVISÍVEIS DE APOIO.

O problema com a maioria das pessoas é que elas não têm meios invisíveis de apoio. Quando o negócio fica fraco, o mercado de ações está em queda, ou eles têm grandes perdas em seus investimentos, parecem indefesos. A razão para essa insegurança é que eles não sabem como bater à porta da mente subconsciente. Eles não estão familiarizados com o depósito inesgotável dentro de nosso ser .

Alguém que tem uma mentalidade de pobreza encontra-se em condições indigentes. Outra pessoa, com uma mente cheia de ideias de riqueza, está rodeada por tudo o que ela precisa. Nunca foi determinado a nós que

devemos levar uma vida de indigência. Você pode ter riqueza, tudo o que precisa e ter abundância de sobra. Suas palavras têm poder para limpar a sua mente de ideias erradas e incutir ideias certas em seu lugar.

O MÉTODO IDEAL PARA A CONSTRUÇÃO DE UMA CONSCIÊNCIA DE RIQUEZA.

Talvez você esteja dizendo enquanto você lê este capítulo, “eu preciso de riqueza e sucesso”. Então isto é o que você deve fazer: Repita por cinco minutos para si mesmo, três ou quatro vezes por dia, as palavras: “Riqueza, sucesso”. Essas palavras têm um poder tremendo. Elas representam o poder interior da mente subconsciente. Ancore a sua mente sobre este poder substancial dentro de você, então as condições e circunstâncias correspondentes à sua natureza e qualidade, irão se manifestar na sua vida. Você não está dizendo, “eu sou rico”, na verdade você está se fixando sobre os poderes reais dentro de você. Não se gera conflito na mente quando apenas se diz, “Riqueza”. Além disso, o sentimento de riqueza dentro de você irá emergir à medida em que você se habitue com a ideia da riqueza.

O sentimento de riqueza produz riqueza; tenha isso em mente, em todos os momentos. Sua mente subconsciente é como um banco, uma espécie de instituição financeira universal. Ele amplia o que quer que você deposita ou impressione sobre ele, seja a ideia de riqueza ou de pobreza. Escolha a riqueza.

PORQUE AS SUAS AFIRMAÇÕES PARA A RIQUEZA FALHAM.

Conversei com muitas pessoas ao longo dos anos, cuja queixa usual era: “Eu disse por semanas e meses, 'Eu sou rico, sou próspero' e nada aconteceu.” Descobri que quando eles disseram, “Eu sou próspero, sou rico,” eles sentiram internamente que eles estavam mentindo para si mesmos.

Um homem me disse, “Eu tenho afirmado que sou próspero até à exaustão. As coisas agora ficaram ainda piores. Eu sabia que quando eu fiz a declaração, que ela obviamente não era verdade.” Suas declarações foram rejeitadas pela mente consciente, e o que se manifestou foi justamente oposto do que ele afirmou e alegou externamente.

Sua afirmação será melhor sucedida quando ela for específica e quando não produzirem um conflito mental ou argumento. As declarações feitas por este homem causaram resultados piores porque elas sugeriram a sua miséria. Seu subconsciente aceita o que você realmente sente como

verdade, e não as palavras vãs ou declarações do tipo. A ideia dominante ou a crença é sempre aceita pela mente subconsciente.

COMO EVITAR O CONFLITO MENTAL.

Segue adiante a maneira ideal para superar este conflito , para aqueles que têm essa dificuldade. Faça esta declaração prática frequentemente, especialmente antes de dormir: “De dia e de noite, eu estou prosperando em todos os meus interesses. ” Esta afirmação não despertará qualquer argumento, porque isso não contradiz impressão da sua mente subconsciente de privação financeira.

Sugeri a um homem de negócios, cujas vendas e finanças estavam extremamente baixas e que estava muito preocupado que ele sentasse em seu escritório, que ele se acalmasse e repetisse esta afirmação várias vezes: “minhas vendas estão melhorando a cada dia. ”Esta declaração envolveu a cooperação entre a mente consciente e subconsciente e os resultados se seguiram .

NÃO ASSINE CHEQUES EM BRANCO.

Você assina cheques em branco quando você faz afirmações como “Não há suficiente para todos”, “há uma escassez”, “Vou perder a casa porque não posso pagar a hipoteca, ” e assim por diante. Se você está cheio de medo sobre o futuro, você também está assinando um cheque em branco e atraindo condições negativas para você. Sua mente subconsciente aceita seu medo e declaração negativa como seu pedido, e procede à sua própria maneira para trazer obstáculos, atrasos, escassez e limitação em sua vida.

SEU SUBCONSCIENTE LHE PAGA COM JUROS COMPOSTOS.

Para aquele que tem a sensação de riqueza, mais riqueza é acrescentada, para aquele que tem o sentimento de falta, mais falta será acrescentada. Seu subconsciente multiplica e amplia o que quer que você deposita nele. Todas as manhãs quando você despertar, deposite pensamentos de prosperidade, sucesso, riqueza e paz. Habite nestes conceitos. Ocupe a sua mente com eles sempre que possível. Esses pensamentos construtivos irão encontrar o seu caminho nos depósitos de seu subconsciente e irão sobressair em abundância e prosperidade.

*Pois a todo aquele que tem, mais será dado, e ele terá abundância. Mas daquele que não tem, até mesmo o que tem será tirado. (Mateus 25, versículo 29). (i)**

(i) Nota: versículo bíblico incluído nesta edição.

POR QUE NADA ACONTECEU .

Eu posso ouvir você dizendo, “Oh, eu fiz isso, e nada aconteceu. ”Você não conseguiu resultados porque você se induziu com pensamentos de medo , talvez nem dez minutos depois de ter afirmado, e com isso neutralizou o bem que você tinha afirmado. Quando você colocar uma semente no chão, você não a desenterra no mesmo dia mais tarde. Você a deixa enraizar-se e crescer.

Suponha, por exemplo, que você está prestes a dizer, “Eu não vou ser capaz de fazer esse pagamento. ” Antes que se passe do “Eu ... ” , pare a sentença na mesma hora. Mude-a para uma instrução construtiva, tais como, “Eu vou ser próspero em todos os meus caminhos”.

A VERDADEIRA FONTE DE RIQUEZA.

Seu subconsciente nunca está com falta de ideias. Dentro dele há um número infinito de ideias prontas para juntar-se à sua mente consciente e aparecerem como dinheiro no seu bolso de inúmeras maneiras. Este processo vai continuar a entrar na sua mente, independentemente se o mercado de ações está em alta ou em baixa, ou se o dólar ou euro sobem o valor. Sua riqueza nunca é verdadeiramente dependente de títulos, ações ou dinheiro no banco, estes são apenas símbolos - necessários e úteis, é claro, mas apenas símbolos.

O ponto que quero enfatizar é que se você convencer sua mente subconsciente que a riqueza é sua e que ela sempre está circulando em sua vida, você terá ela sempre e inevitavelmente, independentemente da forma que ela apareça .

ANTES DE ENCONTRAR UM FIM, ENCONTRE PRIMEIRO A CAUSA.

Há muitas pessoas que afirmam que elas estão sempre tentando fazer frente às despesas. Elas parecem estar em uma grande luta para cumprir as suas obrigações. Por acaso você escutou o que eles dizem? Em muitos casos, suas conversas vão por esta linha. Eles constantemente estão condenando aqueles que se deram bem na vida e que ergueram suas posições acima da multidão. Talvez eles digam, “Oh, aquele cara é um explorador; ele é desumano; ele é um aproveitador. “

Eis porque lhes falta. Eles constantemente estão condenando a coisa que

afirmam desejar e querer. O motivo que os levam a criticar seus colegas mais prósperos é porque eles estão com inveja e avaros da prosperidade do outro. A maneira mais rápida de dar asas à riqueza para voar longe de você, é criticar e condenar os outros que têm mais riqueza do que você.

UM OBSTÁCULO COMUM À RIQUEZA.

Há uma emoção que é a causa da falta de riqueza na vida de muitos. A maioria das pessoas aprendem isso da maneira mais difícil. É a inveja. Por exemplo, se você vê um concorrente que deposita grandes somas de dinheiro no banco, e você tem apenas uma quantidade insuficiente para cobrir as dívidas, isso lhe causa inveja? A maneira de superar essa emoção é dizer para si mesmo, “É maravilhoso! Alegro-me na prosperidade daquele homem. Desejo-lhe uma riqueza cada vez maior. ”

Para entender como os pensamentos invejosos é devastador, basta ver que eles lhe colocam em uma posição negativa. Portanto, a riqueza flui para longe de você ao invés de fluir para você. Se você está sempre aborrecido ou irritado com a prosperidade ou a grande riqueza de outro, pare agora, proclame imediatamente que você deseja verdadeiramente para ele ou para ela, uma riqueza maior ainda e em toda forma possível. Isso vai neutralizar os pensamentos negativos em sua mente e fazer com que uma medida cada vez maior de riqueza a flua para você pela lei do seu próprio subconsciente.

ELIMINANDO UM GRANDE BLOQUEIO MENTAL À RIQUEZA.

Se você está preocupado e critica alguém que você alega que ganha dinheiro desonestamente, pare de se preocupar com ele. Se suas suspeitas estão corretas, você sabe quando uma pessoa está usando a lei da mente negativamente. Em seu tempo, a lei da mente vai cuidar dele. Tenha cuidado para não o criticar pelas razões anteriormente indicadas. Lembre-se: O bloqueio ou o obstáculo à riqueza está em sua própria mente. Você agora pode destruir esse bloqueio mental. Pode fazer isto, colocando-se em um estado de paz, livre de limitações e preocupações.

DURMA E FIQUE RICO.

Quando você for dormir à noite, pratique a técnica a seguir. Repita a palavra “Riqueza” calmamente, facilmente e sensivelmente. Faça isso várias vezes, como uma canção de ninar. Acalme-se ao dormir com a palavra, “Riqueza”. Você deve se surpreender com o resultado. A riqueza deve fluir para você em avalanches de abundância. Este é outro exemplo

do poder mágico do seu subconsciente.

SIRVA-SE COM OS PODERES DE SUA MENTE.

- Decida ser rico pelo caminho mais fácil, com a ajuda infalível do seu subconsciente.
- Tentar acumular riquezas com o suor de sua testa e o trabalho duro é um caminho para se tornar o homem mais rico do cemitério. Você não precisa se esforçar ou se escravizar .
- Riqueza é uma convicção subconsciente. Construa em sua mentalidade a ideia de riqueza.
- O problema com a maioria das pessoas é que elas não têm os meios invisíveis de apoio.
- Repita a palavra “Riqueza” para si mesmo, devagar e em silêncio por cerca de cinco minutos antes de dormir e seu subconsciente vai trazer riqueza para passar à sua experiência.
- O sentimento de riqueza produz riqueza. Tenha isso em mente, em todos os momentos.
- Sua mente consciente e subconsciente devem estar em concordância. Seu subconsciente aceita o que você sente ser verdade. A ideia dominante é sempre aceita por sua mente subconsciente. A ideia dominante deve ser a riqueza, não a pobreza.
- Você pode superar qualquer conflito mental sobre riqueza, afirmando frequentemente, “de dia e de noite eu estou sendo próspero em todos os meus interesses. ”
- Aumente as suas vendas, repetindo esta afirmação várias vezes, “minhas vendas estão melhorando a cada dia, eu estou avançando, progredindo e ficando mais rico a cada dia. ”
- Pare de passar cheques em branco, tais como, “Não há suficiente para todos”, ou “Há uma escassez, ” e assim por diante. Tais declarações ampliam e multiplicam a suas perdas .
- Deposite pensamentos de prosperidade, riqueza e sucesso em sua mente subconsciente e depois ela vai te pagar com juros compostos.
- O que você afirma conscientemente, você não deve negar mentalmente minutos mais tarde. Isso vai neutralizar o bem que você está afirmando.
- Sua verdadeira fonte de riqueza consiste das ideias em sua mente. Você pode ter uma ideia que vale milhões de dólares. Seu subconsciente lhe dará a ideia que você procura.

- Inveja e ciúme são obstáculos ao fluxo de riqueza. Alegrai-vos na prosperidade uns dos outros.
- O bloqueio da riqueza está em sua própria mente. Destrua esse bloqueio agora colocando-se em paz mentalmente.

CAPÍTULO 10 - SEU DIREITO DE SER RICO.

Você tem o direito fundamental de ser rico. Você está aqui para levar uma vida de abundância, ser feliz, radiante e livre. Você deve, portanto, ter todo o dinheiro que você precisa para lhe levar a uma vida completa, feliz e próspera.

Você está aqui para crescer, expandir e se descobrir espiritualmente, mentalmente e materialmente. Você tem o direito inalienável de se desenvolver totalmente e expressar-se em todas as suas potencialidades. Você tem a habilidade de decidir, decida então, cercar-se com a beleza e luxo.

Por que se contentar com apenas o suficiente para viver por aí, quando você pode desfrutar as riquezas da sua mente subconsciente? Neste capítulo, você vai aprender a fazer amigos com dinheiro. Uma vez que você faz, você sempre terá tudo o que você necessita e muito mais. Não deixe que ninguém o faça duvidar ou sentir vergonha do seu desejo de ser rico. No fundo, este é o seu desejo de uma vida mais plena, mais feliz e mais maravilhosa. É uma necessidade cósmica. Ela não é somente boa, mas muito boa.

O DINHEIRO É UM SÍMBOLO.

Dinheiro é um símbolo de troca. Não é apenas um símbolo para te libertar de suas necessidades, mas também é símbolo da beleza, do requinte, da luxúria e da abundância. É também um símbolo da saúde econômica da nação. Quando o sangue está circulando livremente em seu corpo, você está saudável. Quando o dinheiro circula livremente em sua vida, você está economicamente saudável. Quando as pessoas passam a acumular dinheiro, para guardar embaixo do colchão e guardando-o em cofres, estimuladas pelo medo, elas tornam-se economicamente doentes.

Como um símbolo, o dinheiro tem tomado muitas formas ao longo dos séculos. Quase qualquer coisa que encontramos, pode ter servido como dinheiro em algum momento ou lugar na história - ouro e prata, é claro, mas também sal, grãos e bugigangas de todos os tipos. No início dos tempos a riqueza de um povo muitas vezes foi determinada pelo número de ovelhas e bois que possuíam. Agora usamos a moeda e outros títulos negociáveis. Uma razão é óbvia . É muito mais conveniente assinar um cheque do que ter que levar algumas ovelhas com você para pagar as contas.

COMO CAMINHAR NA ESTRADA REAL DA RIQUEZA.

Depois de entender os poderes de sua mente subconsciente, você vai ter ao seu alcance um roteiro para a estrada real para a riqueza em todos os aspectos - espirituais, mentais ou financeiros. Qualquer pessoa que tenha se dado ao trabalho de aprender as leis da mente, acredita e sabe definitivamente, que ela nunca mais passará por necessidades financeiras. Independentemente de crises econômicas, das flutuações do mercado de ações, recessões, greves, inflação galopante ou até guerras, ela vai sempre ser amplamente suprida.

A razão para isto é que ela transmite a ideia de riqueza para a sua mente subconsciente. Como resultado, ela se mantém fornecida onde quer que ela esteja. Ela se convenceu em sua mente que o dinheiro sempre flui livremente em sua vida e que há sempre um maravilhoso excedente disponível para ela. Assim como ela determina, assim será. Pode haver um colapso financeiro amanhã e todos os seus bens se acabarem, que ela ainda irá atrair riqueza. Ela atravessará a crise confortavelmente e seria muito provável que até mesmo tirasse vantagem dela.

POR QUE VOCÊ NÃO TEM MAIS DINHEIRO.

Enquanto você lê este capítulo, você pode estar pensando, “Eu mereço uma renda maior do que a que eu tenho.” Na minha opinião, isso é verdade para a maioria das pessoas. Elas realmente merecem ter mais - mas na verdade elas não vão necessariamente chegar a obtê-la. Uma das razões mais importantes para que essas pessoas não tenham mais dinheiro é que elas silenciosamente ou abertamente, condenam o mesmo. Elas referem-se ao dinheiro como “imoral”. Dizem a seus filhos e amigos que “o amor ao dinheiro é a raiz de todo mal”. Juntamente com isto outra razão para que elas não prosperem é que elas têm um sentimento sorrateiro em seu subconsciente, de que lá no fundo existe uma virtude na pobreza. Esse padrão subconsciente pode ser devido à sua educação na primeira infância, ou pode ser baseado em uma falsa interpretação das Escrituras.

O DINHEIRO E UMA VIDA EQUILIBRADA.

Uma vez, um homem veio até mim e disse, “Eu estou quebrado. Mas tudo bem. Não gosto de dinheiro. Ele é a raiz de todo o mal.” Estas declarações representam o pensamento de uma mente confusa e neurótica. Amor ao dinheiro com exclusão de todo o resto fará com que você se torne avarento e desequilibrado. Você está aqui para usar seu poder ou autoridade com sabedoria. Algumas pessoas desejam poder, outras desejam dinheiro.

Se você definir no seu coração que você quer dinheiro exclusivamente e dizer: “O dinheiro é tudo o que quero. Eu vou dar toda a minha atenção para acumular dinheiro. Não importa como.” Você pode conseguir dinheiro e ganhar uma fortuna. Mas a que custo? Você esqueceu que você está aqui para levar uma vida equilibrada. Você também deve satisfazer a fome de paz interior, harmonia, amor, alegria e saúde perfeita.

Se você fez do dinheiro o seu único objetivo, você fez uma escolha errada. Você pensou que ele era tudo o que você queria, mas afinal descobriu que seus esforços não eram apenas para o dinheiro de que precisava. Ninguém em seu leito de morte deseja ter passado mais tempo ganhando dinheiro! Você também deseja a verdadeira expressão de seus talentos ocultos, o verdadeiro lugar na vida, a beleza e a alegria de contribuir para o bem-estar e o sucesso dos outros. Se você aprender as leis do seu subconsciente, você pode ter 1 milhão de dólares ou muitos milhões, se você o quiser, e ainda ter paz de espírito, harmonia, saúde perfeita e expressão perfeita.

A POBREZA É UMA DOENÇA MENTAL.

Não há nenhuma virtude na pobreza. Ela é uma doença mental como qualquer outra. Se você fosse fisicamente doente, perceberia que há algo errado com você. Você iria procurar ajuda e logo iria tentar curar a doença. Da mesma forma, se você não tiver dinheiro circulando constantemente em sua vida, há algo radicalmente errado com você.

A necessidade do princípio da vida em você, segue na direção do crescimento, da expansão e da vida mais abundante. Você não está aqui para viver em um casebre, vestir-se em trapos e passar fome. Você deve ser feliz, próspero e bem-sucedido .

POR QUE VOCÊ NUNCA DEVE CRITICAR O DINHEIRO.

Limpe sua mente de todas as crenças supersticiosas e estranhas sobre o dinheiro. Nunca se refira ao dinheiro como mal ou imoral. Se você o fizer, você dará asas para ele voar para longe de você.

Lembre-se de que você perde o que condena. Você não pode atrair o que você critica .

CRIANDO A ATITUDE CERTA PARA DINHEIRO.

Aqui está uma técnica simples que você pode usar para multiplicar o dinheiro em sua experiência. Use as instruções a seguir várias vezes por dia:

Eu gosto de dinheiro. Eu o adoro. Eu o uso de forma sábia, construtiva e judiciosa. O dinheiro está constantemente circulando em minha vida. Eu o gasto com alegria e ele retorna para mim multiplicado de uma forma maravilhosa. É bom, é muito bom. O dinheiro flui para mim em avalanches de abundância. Eu o uso somente para o bem, e eu sou grato pelos meus bens e pelas riquezas da minha mente.

COMO UM PENSADOR CIENTISTA OLHA PARA O DINHEIRO.

Suponha que você descobriu no chão, uma jazida de ouro, prata, chumbo, cobre ou ferro. Você iria dizer que estas coisas são más? Claro que não! Todo o mal vem da compreensão obscura da humanidade, da ignorância, da falsa interpretação da vida e do uso indevido da mente subconsciente.

Como o dinheiro é apenas um símbolo, nós podemos substituí-lo por chumbo ou estanho ou algum outro metal para meio de troca. Na primeira parte do século vinte, nos Estados Unidos, as moedas de dez e de vinte e cinco centavos eram feitas de prata. Para diminuir o custo da fabricação de moedas o governo começou a fazer as moedas com metais mais baratos. Mas o valor das moedas ainda permaneceu o mesmo, fossem de prata, níquel ou qualquer outro metal inferior .

Um cientista dirá a você que a única diferença de um metal para o outro é o número de prótons neutros e elétrons contidos em seus átomos. Se você dirigir um fluxo de partículas dos átomos de um metal, você pode transformá-lo em outro. O sonho dos antigos alquimistas de produzir ouro a partir de metais comuns, agora é algo que está ao nosso alcance. Mas e daí? O ouro não é melhor ou pior do que o chumbo. Eles são apenas substâncias diferentes com propriedades diferentes, e é só isso. Foi só por causa da longa história da humanidade, que o ouro foi considerado especialmente precioso, e que as pessoas passaram a adorá-lo ou odiá-lo - mais do que deveriam .

COMO ATRAIR O DINHEIRO QUE VOCÊ PRECISA.

Muitos anos atrás eu conheci um jovem na Austrália, que me disse que seu maior sonho era se tornar um médico. Ele estava fazendo aulas de Ciências e se saindo brilhantemente, mas ele não tinha como pagar a faculdade de medicina. Ambos os seus pais eram falecidos. Para se sustentar, ele limpava consultórios médicos do hospital local. Expliquei-lhe que uma semente plantada no solo atrai para si tudo o que precisa para seu crescimento adequado. Tudo o que ele tinha que fazer era tirar uma lição da história da semente e plantar a ideia necessária em sua mente

subconsciente.

Todas as noites, quando este jovem ia dormir, ele visualizava um diploma de médico com seu nome em letras grandes e em negrito. Ele achou fácil criar uma imagem nítida e detalhada do diploma. Parte de seu trabalho era tirar o pó das molduras dos diplomas pendurados nas paredes dos consultórios médicos, e estudou seus detalhes enquanto os limpava .

Ele persistiu com essa técnica de visualização todas as noites durante cerca de quatro meses. Então, um dos médicos cujo escritório ele limpava, perguntou se ele gostaria de se tornar um médico assistente. O médico pagava para ele frequentar um programa de treinamento onde ele aprendeu uma grande variedade de habilidades médicas, em seguida, deu-lhe um emprego como seu assistente. Ele ficou tão impressionado com o brilho e a determinação do jovem que ele mais tarde ajudou-lhe durante a faculdade de medicina. Hoje, este jovem é um proeminente médico em Montreal, Canadá.

O sucesso deste jovem veio porque ele tinha aprendido a lei da atração. Ele descobriu como usar sua mente subconsciente da maneira certa. Este exemplo faz uso de uma lei antiga que diz, “Se você sabe onde chegar, você encontra o caminho. ” Neste caso, se tornar um médico era onde se queria chegar. Ele foi capaz de imaginar, ver e sentir a realidade de ser médico. Ele vivia com a ideia. Ele a sustentou, alimentou e amou. Finalmente, através da sua visualização, a ideia penetrou nas camadas de sua mente subconsciente. Tornou-se uma convicção. Essa convicção então atraiu para ele tudo o que era necessário para a realização de seu sonho.

POR QUE ALGUMAS PESSOAS NÃO CONSEGUEM UM AUMENTO DE SALÁRIO.

Digamos que você trabalha para uma grande corporação. Você acredita que você é mal remunerado. Você se ressentia pelo fato de que você não é valorizado pelos seus empregadores. Você constantemente medita sobre sua convicção de que você merece mais dinheiro e maior reconhecimento.

Colocando-se em oposição mental ao seu empregador, você está subconscientemente cortando seus laços com a organização. Você está definindo um processo em movimento. Então, um dia, seu superior diz, “Temos que dispensá-lo”. Em um sentido real, você mesmo se demitiu. Seu superior simplesmente estava agindo como o instrumento através do qual seu próprio estado mental negativo estava condicionado. Este é um exemplo da lei da ação e reação. A ação é o seu pensamento, e a reação é a resposta do seu subconsciente.

OBSTÁCULOS E IMPEDIMENTOS NO CAMINHO PARA A RIQUEZA.

De vez em quando, você provavelmente ouve alguém dizer, “Todo mundo que ganha muito dinheiro é desonesto ou ladrão. ”

A pessoa que fala - e pensa - desta forma normalmente está sofrendo de uma doença financeira. Talvez ele esteja amargo e inveja antigos amigos que foram mais bem-sucedidos que ele, e agora possuem maiores recursos. Se assim for, esta pessoa está criando suas próprias dificuldades. Entreter pensamentos negativos sobre os amigos e condenar suas riquezas faz com que a prosperidade e a riqueza fujam de você. Você ficaria com alguém que te condena? Claro que não, e nem a riqueza. Esta pessoa está afugentando a coisa pela qual tanto reza .

Ele está rezando em duas maneiras. Por um lado, ele está dizendo, “Eu desejo que a riqueza flua para mim agora”. Mas no instante seguinte, ele está dizendo, “A riqueza do fulano vem da sujeira , de alguma coisa ruim. ” Esta contradição é um *Outdoor* na estrada da pobreza e da miséria. Sempre tome um ponto positivo, alegre-se com a riqueza de outra pessoa.

PROTEJA SEUS INVESTIMENTOS.

Se você está buscando orientação em matéria de investimentos, ou se você está preocupado com suas ações ou títulos, calmamente, afirme, “A inteligência infinita governa e cuida de todas as minhas transações financeiras. Tudo o que faço prosperará. ” Se você fizer isso com frequência, com perfeita fé e confiança, você vai encontrar o que irá te guiar a fazer sábios investimentos. Além disso, você estará protegido contra a perda, porque você será solicitado para vender quaisquer títulos ou investimentos arriscados, antes que qualquer perda seja gerada para você.

NÃO SE CONSEGUE ALGUMA COISA EM TROCA DE NADA .

Em grandes lojas, a gerência contrata seguranças e vigias para evitarem que as pessoas roubem ou furem. Todos os dias eles pegam um número de pessoas tentando conseguir algo por nada. Quem faz uma coisa dessas está mergulhado em uma atmosfera mental de falta e limitação. Na tentativa de roubar dos outros, eles estão roubando de si a paz, a harmonia, a fé, a honestidade, a integridade, a boa vontade e a confiança.

Além disso, suas mensagens para suas mentes subconscientes desenham lhes todos os tipos de perda: perda de caráter, de prestígio, de status social

e paz de espírito. Essas pessoas não entendem como suas mentes funcionam. Falta-lhes fé na fonte de sustento. Se ao menos eles se dessem conta dos poderes do subconsciente e pedissem que eles fossem guiados para as suas verdadeiras expressões, eles encontrariam trabalho e abundância. Então, pela honestidade, integridade e perseverança, eles dariam crédito a si próprios e à sociedade em geral.

SEU FORNECIMENTO CONSTANTE DE DINHEIRO.

O caminho para a liberdade, conforto e um fornecimento constante de riqueza necessária , encontra-se em reconhecer os poderes de seu subconsciente e o poder criador de seu pensamento ou imagem mental. Aceite a vida abundante em sua própria mente. Sua aceitação mental e a expectativa de riqueza possuem a sua própria matemática e mecânica de expressão. Assim que entrar no sentimento de opulência, todas as coisas necessárias para a vida abundante virão adiante .

Que esta seja sua afirmação diária; escreva-a em seu coração:

Eu sou uno com a riqueza infinita de meu subconsciente. É meu direito ser rico, feliz e bem-sucedido. O dinheiro flui para mim livremente, copiosamente e infinitamente. Eu estou sempre consciente do meu verdadeiro valor. Dou os meus talentos livremente, e eu sou maravilhosamente abençoado financeiramente. Isto é maravilhoso!

ORGANIZE SEU CAMINHO PARA A RIQUEZA.

- Seja corajoso o suficiente para afirmar que é seu direito ser rico. Sua mente mais profunda honrará a sua reivindicação.
- Você não quer apenas o suficiente para sobreviver. Você quer todo o dinheiro que você precisa para fazer todas as coisas que você quer, e quando quiser fazê-las. Se familiarize com as riquezas da sua mente subconsciente.
- Quando o dinheiro circula livremente em sua vida, você está economicamente saudável. Olhe para o dinheiro como se fosse a maré e você sempre o terá em grande quantidade. O fluxo e refluxo da maré é constante. Quando a maré está baixa, você tem absoluta certeza de que ela voltará a subir .
- Conhecendo as leis de sua mente subconsciente, você estará sempre fornecido, independentemente da forma como o dinheiro é aceito.
- Uma razão para que muitas pessoas simplesmente só façam frente às despesas e nunca tenham dinheiro de sobra é que elas condenam o

dinheiro. O que você condena você dá asas para voar para longe de você .

- Não faça do dinheiro um deus. Ele é apenas um símbolo. Lembre-se que a verdadeira riqueza está em sua mente. Você está aqui para levar uma vida equilibrada - e isso inclui adquirir todo o dinheiro que você precisa.

- Não faça do dinheiro o seu único objetivo. Reivindique a riqueza, a felicidade, a paz, e a verdadeira expressão do amor, irradie amor e boa vontade a todos. Então sua mente subconsciente lhe pagará com juros compostos em todos esses campos de expressão.

- Não há nenhuma virtude na pobreza. Ela é uma doença da mente. Você deve curar-se deste conflito mental ou doença de uma vez.

- Você não está aqui para viver em um casebre, vestir-se de trapos, ou passar fome. Você está aqui para levar a vida mais abundante.

- Nunca use o termo “imoral” ou diga “Eu odeio dinheiro. ”Você perde o que você critica. O dinheiro em si não é nem bom nem mau, mas pense nele como uma forma de luz e assim ele será .

- Repita com frequência, “Eu gosto de dinheiro. Eu o uso sabiamente, construtivamente e criteriosamente. Eu o gasto com alegria e ele retorna a mim milhares de vezes. “

- O dinheiro não é pior do que o cobre, chumbo, estanho, ou o ferro que você pode encontrar na terra. Todo mal é devido à ignorância e desvio do poder da mente.

- Para imaginar o objetivo final em sua mente, faça com que seu subconsciente responda e realize sua imagem mental.

- Pare de tentar conseguir alguma coisa em troca de nada. Não existe almoço grátis. Você deve dar para receber. Se você der atenção mental aos seus objetivos, ideais e empreendimentos, sua mente mais profunda vai apoiá-lo. A chave para a riqueza é aplicar as leis da mente subconsciente e impregná-la com a ideia de riqueza.

CAPÍTULO 11 - SEU SUBCONSCIENTE COMO PARCEIRO PARA O SUCESSO.

O verdadeiro significado interior do sucesso é ser bem-sucedido na arte de viver. Um longo período de paz, alegria e felicidade, neste plano, pode ser denominado sucesso. A experiência eterna dessas qualidades é a vida eterna, falada por Jesus. As coisas reais da vida, tais como a paz, harmonia, integridade, segurança e felicidade, são intangíveis. Elas vêm das profundezas do ser nos seres humanos. Meditando sobre essas qualidades construímos estes tesouros do céu em nosso subconsciente.

... acumulem para vocês tesouros no céu, onde nem a traça nem a ferrugem consomem, e onde ladrões não arrombam nem furtam. (Mateus 6, versículo 20).

OS TRÊS PASSOS PARA O SUCESSO .

O primeiro passo vital para o sucesso é descobrir o que você gosta de fazer e, em seguida, fazê-lo. A menos que você ame seu trabalho, você não pode possivelmente se considerar bem-sucedido com ele, mesmo se todo o resto do mundo veja você como um grande sucesso. Amar seu trabalho, é você ter um profundo desejo de realizá-lo. Se alguém deseja se tornar um psiquiatra, não será suficiente para ele apenas conseguir o diploma e pendurá-lo na parede. Ele vai querer manter-se em campo, participar de convenções e continuar estudando a mente e o seu funcionamento. Ele vai visitar outras clínicas e vai debruçar-se nas revistas científicas mais recentes. Em outras palavras, ele vai trabalhar para manter-se informado nos mais avançados métodos de aliviar o sofrimento humano, porque ele coloca os interesses de seus pacientes em primeiro lugar.

Mas e se, enquanto você lê estas palavras, você se encontra pensando, “Eu não posso dar o primeiro passo, porque eu não sei o que é que eu quero fazer. Como posso encontrar um campo de trabalho que vou amar? ”

Se essa é sua situação, reze por orientação desta forma:

A infinita inteligência do meu subconsciente revela-me meu verdadeiro lugar na vida.

Repita esta oração em silêncio, positivamente e amorosamente para a sua mente mais profunda. À medida em que você persistir com fé e confiança, a resposta virá para você como um sentimento, uma intuição ou uma tendência em uma determinada direção. Ela virá para você, claramente e em paz e como uma consciência interna e silenciosa.

O segundo passo para o sucesso é se especializar em algum ramo particular de trabalho e nos esforçarmos para sobressairmos nele. Suponha que um estudante escolhe a química como uma profissão. Ele deve concentrar-se em um dos muitos ramos neste campo e dar todo seu tempo e atenção para sua especialidade escolhida. Seu entusiasmo deve fazê-lo querer saber tudo que há disponível sobre seu campo; se possível, ele deve saber mais do que ninguém. O jovem deve tornar-se ardentemente interessado em seu trabalho e deve desejar usá-lo para servir o mundo.

Aquele que for o maior dentre vós, permita que se torne seu servo. Há um contraste enorme entre esta atitude mental e a de alguém que só quer “sobreviver” ou que só pensa: “Deixa a vida me levar”. Deixar a vida te levar não é o verdadeiro sucesso. Os motivos das pessoas devem ser maiores, mais nobres e mais altruístas. Eles devem servir uns aos outros, desse modo, contribuindo para o princípio da prosperidade .

O terceiro passo é o mais importante. Você deve certificar-se de que a coisa que você quer fazer não contribui apenas para seu próprio sucesso. Seu desejo não deve ser egoísta. Isso deve beneficiar a humanidade. O caminho de um circuito completo deve ser formado. Em outras palavras, sua ideia deve ir adiante com o objetivo de bênção ou servindo o mundo. Então voltará para você ampliada e cheia de bênçãos. Se você trabalha apenas para seu próprio benefício, você não irá concluir este circuito essencial. Você pode até parecer ser bem-sucedido, mas o curto-circuito que você gerou em sua vida , pode lhe levar à limitação ou doença ao longo do tempo .

A MEDIDA DO VERDADEIRO SUCESSO.

Neste ponto você pode estar pensando, “E quanto àquele cara que eu vi no noticiário? Que fez centenas de milhões de dólares vendendo ações de empresas que não valem nada? Ele é um dos maiores sucessos que já se viu, e eu não acho que ele se preocupa nem um pouco com o benefício da humanidade. “

Tais casos são muito comuns, mas temos que ter cuidado para entendê-los como eles são. Alguém pode parecer ter sucesso por um tempo, mas o dinheiro obtido pela fraude geralmente ganha asas e voa para longe. Mesmo se isso não acontecer, quando nós roubamos de outro, nós roubamos de nós mesmos. O clima de falta e limitação que levou ao nosso comportamento manifesta-se de outras formas, bem como, em nosso corpo, nossa vida ou em nossos relacionamentos com os outros.

O que pensamos e sentimos, criamos. Nós criamos aquilo em que

acreditamos. Mesmo que alguém possa ter acumulado uma fortuna fraudulentamente, não é bem-sucedido. Não há nenhum sucesso sem paz de espírito. O que é que há de bom para uma pessoa que acumulou riqueza, se ela não dorme à noite, é doente ou tem um complexo de culpa?

Uma vez conheci um criminoso profissional em Londres, que me contou algumas de suas proezas. Ele tinha acumulado uma grande fortuna que lhe permitiu viver no luxo em sua casa fora de Londres e na sua casa de verão na França. Luxúria, sim, mas conforto nem tanto. Ele estava com constante medo de ser preso pela Scotland Yard. Ele tinha muitos complexos internos que, sem dúvida, foram causados por seu constante medo e profundo sentimento de culpa. Ele sabia que ele tinha cometido muitos erros. Este profundo sentimento de culpa atraiu todos os tipos de problemas para ele.

Mais tarde, eu soube que ele tinha se entregado à polícia voluntariamente e havia cumprido sua pena na prisão. Após sair da cadeia, ele procurou aconselhamento psicológico e espiritual e ficou transformado. Ele começou a trabalhar e tornou-se um cidadão honesto, cumpridor da lei. Ele encontrou o que ele gostava de fazer e estava feliz.

Uma pessoa bem-sucedida ama seu trabalho e expressa-se totalmente nele. O sucesso está subordinado a um ideal maior do que a mera acumulação de riquezas. A pessoa de sucesso é uma pessoa que possui grande conhecimento psicológico e espiritual. Muitos dos grandes líderes de negócios de hoje dependem do uso correto de suas mentes subconscientes para seu sucesso. Eles cultivam a capacidade de ver um futuro projeto, como se já estivesse completo. Tendo visto e sentido o cumprimento de suas orações, suas mentes subconscientes trabalham para sua realização. Se você imaginar um objetivo claramente, você será fornecido com o que for necessário, de maneiras que você desconhece, através do maravilhoso poder de operação de seu subconsciente.

Ao considerar as três etapas para o sucesso, você nunca deve esquecer o poder subjacente das forças criativas do seu subconsciente. Esta é a energia por trás de todas as etapas em qualquer projeto de sucesso. Seu pensamento é criativo. Se você unir sentimento ao pensamento, você cria uma crença ou fé subjetiva.

... que seja feito segundo a vossa fé. (Mateus 9, versículo 29).

Depois que você entender que você possui uma força poderosa dentro de você, que é capaz de concretizar todos os seus desejos, você ganha confiança e uma sensação de paz. Qualquer que seja seu campo de ação,

you must learn the laws of your subconscious mind. When you know how to apply the powers of your mind and when you express yourself fully and give your talents to others, you will be on the right path for true success. If you are with God in your business, or in any part of your life, God, by His nature, will be with you. Then who will be against you? With this understanding, there is no power in heaven or on earth that can stop your success.

COMO ELE TRANSFORMOU SEU SONHO EM REALIDADE.

In Hollywood, I met an actor whose name is probably familiar to all fans and television viewers. He confided in me that he had grown up on a small farm in the center-west. His family only lived for work. His only entertainment was an old black and white TV, which did very poorly on two channels. Even so, he began to dream of being an actor. The dream grew in him every time.

"The whole time I was working in the fields," he said, "or milking the cows for the farmer, I imagined that I could see my name in large letters on the marquee of a big theater. I saw every detail, the thousands of fans, the interviewers shouting to talk to me. I kept this in my head for years."

"Finally, I got out of home. I went to Los Angeles and got a job as a extra in movies and TV programs. In a short time, I got my first role as a protagonist. On the night of the premiere, I went by car to the theater and almost fainted. There my name was in the lights, there were the thousands and the reporters, everything as I had imagined when I was a child."

He added, "I, more than anyone, understood how the power of sustaining the imagination can bring success."

A FARMÁCIA DE SEUS SONHOS, SE TORNOU REALIDADE.

A few years ago, I met a young pharmacist named Mary. She worked in the prescriptions department of a large drugstore. One day, while she was filling a prescription for me, we began to talk. I asked her how she was doing at work.

"Oh, everything is good," she said. "Between my salary and commissions, I earn a good value, and the company has a participation program in profits. In some way, I will be able to retire while I am still young enough to enjoy life."

Fiquei em silêncio por um momento. Então eu perguntei, “Foi essa a maneira que você imaginou que seria , enquanto você era criança, quando você decidiu que queria ser uma farmacêutica? “

O rosto dela ficou conturbado. “Bem, não. “ Ela respondeu. “Acho que não. Eu sempre me vi com a minha própria loja. Eu me via passando na rua e as pessoas me cumprimentando e me chamando pelo nome. E eu conhecia a todos os seus nomes, porque eu era a farmacêutica deles. Você vai achar isso estranho, mas cheguei até a sonhar que alguns pais me ligariam no meio da noite, porque seus filhos estavam passando mal. Eu tirava meu pijama e colocava minha roupa , e seguia até a loja para buscar os remédios de que eles precisavam. Nada muito parecido como um emprego das nove às cinco, atrás de um balcão, na parte de trás de uma loja grande, não é? ”

“Certamente não é. ” Eu disse. “Mas por que não seguir seu sonho? Você não estaria mais feliz e produzindo mais? Sonhe mais. Saia deste lugar. Comece a sua própria loja. ” “Como eu posso? ” Ela disse, balançando a cabeça. “É preciso muito dinheiro, e eu só recebo mês a mês. ”

Minha resposta foi compartilhar com ela um fato maravilhoso: tudo o que ela pudesse conceber como verdade, ela poderia realizar. Continuei a dizer coisas sobre os poderes de sua mente subconsciente. Ela logo entendeu que se ela pudesse ter sucesso em impregnar sua mente subconsciente com uma ideia clara e específica, esses poderes de alguma forma iriam se concretizar .

Ela começou a imaginar que ela estava em sua própria loja. Ela mentalmente manipulava os ingredientes nos frascos, assinava as prescrições e se imaginava à espera de clientes que também eram seus vizinhos e amigos. Ela também visualizava uma grande balança branca. Mentalmente, ela trabalhava naquela loja imaginária. Como uma boa atora, ela viveu o papel. Agindo como eu penso, eu serei. Ela se dedicou inteiramente para o ato, vivendo, movendo e agindo na suposição de que era a dona da loja.

Vários anos depois, Mary escreveu-me para dizer o que tinha acontecido à sua vida, desde a nossa conversa. A cadeia de lojas que ela trabalhou acabou falindo por causa da concorrência de uma loja maior em um novo shopping. Ela encontrou um trabalho como representante externa de uma empresa de medicamentos, atuando em um território que cobria a vários Estados.

Um dia seu trabalho a levou para uma cidade pequena na área ocidental do seu território. Havia apenas uma farmácia na cidade. Ela nunca tinha

estado lá antes, mas no momento em que ela entrou, ela o reconheceu. Foi exatamente a loja que ela tinha visualizado tão claramente na sua imaginação.

Pasma, ela disse ao idoso dono da farmácia sobre a incrível coincidência. Por sua vez, o proprietário disse que ele estava prestes a se aposentar, mas não quis vender uma loja que estava em sua família há três gerações para uma grande corporação.

Após várias negociações, o proprietário ofereceu-lhe financiar o dinheiro para a compra da loja. Ela seria capaz de fazer os pagamentos do empréstimo a partir dos lucros do negócio. A jovem e sua família mudaram-se para a cidade e logo foi capaz de comprar um velho casarão, que ficava a uma curta distância da loja. Agora, quando ela caminha para trabalhar de manhã, todo mundo por quem ela passa lhe diz: olá , e a chama pelo nome. Eles a conhecem porque ela é a farmacêutica da cidade .

USANDO O SUBCONSCIENTE EM SEUS NEGÓCIOS.

Há alguns anos eu dei uma palestra a um grupo de executivos de negócios, para falar sobre os poderes da imaginação e da mente subconsciente. Durante a palestra, eu descrevi como o grande poeta alemão Goethe usava sua imaginação sabiamente quando confrontado com dificuldades e impasses.

De acordo com os biógrafos de Goethe, ele costumava passar muitas horas , calmamente , mantendo conversas imaginárias. Ele imaginava um de seus amigos sentado à sua frente, lhe dando conselhos e sugestões com sabedoria. Em outras palavras, se ele estivesse preocupado com algum problema, ele imaginava seu amigo lhe dando a solução certa ou adequada, ele imaginava os gestos habituais e o tom de voz de seu amigo. Ele fazia desta cena imaginária tão real e tão vívida quanto possível.

Uma das pessoas presentes nesta palestra era uma jovem corretora da bolsa. Ela passou a adotar a técnica de Goethe. Ela começou a ter conversas imaginárias com um investidor multimilionário, amigo dela, que dava a ela os parabéns, por seus julgamentos sábios ao comprar e vender ações no momento oportuno. Ela dramatizava esta conversa imaginária até que se fixasse psicologicamente como uma forma de crença em sua mente. Desta conversa interior e a imaginação controlada desta jovem, certamente contribuíram para a realização de seu objetivo, que era fazer bons investimentos para seus clientes. Sua maior realização na vida era ganhar dinheiro para seus clientes e vê-los prosperar financeiramente com seus

sábios conselhos. Ela ainda usa seu subconsciente em seu dia a dia, e com ele se tornou um sucesso brilhante em sua área. Ela foi recentemente entrevistada em um artigo de uma importante revista financeira .

UM GAROTO DE DEZESSEIS ANOS TRANSFORMA O FRACASSO EM SUCESSO.

Todd, um jovem de 16 anos me disse, “Eu estou indo mal em todas as matérias. Não sei porquê. Acho que eu sou mesmo um burro. Talvez seria melhor sair da escola antes mesmo de ser reprovado. ”

Enquanto conversávamos mais, descobri que a única coisa errada com Todd era a sua atitude. Ele sentia-se indiferente em relação a seus estudos e também estava ressentido com relação a alguns de seus professores e colegas da escola .

Ensinei a ele como usar sua mente subconsciente para ter sucesso em seus estudos. Ele começou a afirmar certas verdades várias vezes ao dia, especialmente à noite antes de dormir e logo após ao acordar pela manhã. Como já vimos, estes são os melhores períodos para impregnar o subconsciente.

Ele afirmou o seguinte:

Eu sei que meu subconsciente é um depósito da memória. Ele retém tudo o que li e ouvi de meus professores. Eu tenho uma memória perfeita à minha disposição, se eu optar por usá-la. A inteligência infinita da minha mente subconsciente constantemente irá me revelar tudo o que preciso saber sobre todos os meus exames. Irradio amor e boa vontade para todos os meus professores e colegas estudantes. Sinceramente desejo-lhes sucesso e todas as coisas boas.

Todd agora está desfrutando de uma liberdade que ele jamais conhecera. Ele agora está recebendo excelentes notas. Ele imagina constantemente os professores e os pais dele lhe dando os parabéns pelo seu sucesso nos estudos.

COMO SE TORNAR BEM SUCEDIDO COM COMPRA E VENDA.

Na compra ou na venda, lembre-se que sua mente consciente é o motor de arranque, e sua mente subconsciente é o motor principal. Você deve dar partida no motor principal para fazê-lo realizar o seu trabalho. Sua mente consciente dá a partida no poder do seu subconsciente.

O primeiro passo em transmitir seu desejo específico , a ideia ou a imagem para a sua mente mais profunda , é relaxar, focar a atenção, e ficar em

silêncio. Esta atitude calma, relaxada e tranquila da mente , impede que problemas externos e falsas ideias interfiram na absorção mental do seu ideal. Além disso com o estado mental tranquilo, passivo e receptivo, o esforço mental é reduzido ao mínimo.

O segundo passo é começar a imaginar a realidade do objetivo desejado. Por exemplo, você pode querer comprar uma casa. Com sua mente em um estado relaxado, afirme o seguinte:

A inteligência infinita da minha mente subconsciente é a sabedoria ilimitada. Ela me revela agora o lar ideal que atenda todas as minhas necessidades e pelo qual eu possa pagar. Eu entrego agora este pedido à minha mente subconsciente. Sei que ela responde de acordo com a natureza do meu pedido. Eu idealizo este pedido com confiança e fé absoluta, da mesma maneira que um agricultor deposita uma semente no chão, confiando implicitamente nas leis de crescimento.

A resposta à sua oração pode vir de um anúncio no jornal ou de um amigo. Ou você pode ser guiado diretamente para uma casa particular que é exatamente o que você está procurando. Há muitas maneiras para que a sua oração seja respondida. O principal conhecimento, no qual você pode colocar sua confiança, é que a resposta sempre virá, desde que você confie no trabalho de sua mente mais profunda.

Suponha que, em vez de querer comprar, você quer vender uma casa, terreno ou qualquer tipo de propriedade. Tenha o mesmo enfoque de confiança na inteligência infinita de seu subconsciente, que ele lhe dará a orientação que você procura. Quando eu vendi minha casa em Los Angeles, eu usei uma técnica que havia ensinado com sucesso a muitos corretores de imóveis com quem falei, e que lhes deram resultados notáveis e rápidos.

Coloquei uma placa de venda no gramado em frente à minha casa que dizia: “à venda pelo proprietário. ” Naquela noite, quando eu estava indo dormir, perguntei a mim mesmo; “E se eu encontrasse um comprador para a casa, o que eu faria em seguida? ” A resposta foi: “Eu tiraria a placa de venda e iria jogá-la no lixo. ”

Na tela de cinema da minha mente, eu projetei um cenário detalhado. Eu fui em direção à placa de venda, arranquei ela do chão, e apoiei ela sobre o meu ombro e caminhei até as latas de lixo nos fundos da casa. Quando eu a joguei no lixo, eu disse, “Obrigado por sua ajuda, mas eu não vou mais precisar de você! ”

Eu fui dormir sentindo uma profunda satisfação interna de saber que

estava resolvido .

No dia seguinte um homem deu-me um depósito por conta da casa e disse, “você pode jogar essa placa fora. Você não precisa mais dela. “

Eu segui seu conselho. Eu retirei a placa e a levei para o lixo. A atitude exterior confirmou a interior. Não há nada de novo sobre isso. Assim como é por dentro, assim é por fora. Em outras palavras, de acordo com a imagem de seu subconsciente, então será na tela objetiva da sua vida. O exterior espelha o interior. A ação externa segue a ação interna.

Aqui está um outro método eficaz utilizado na venda de casas, ou de qualquer tipo de propriedade. Afirme lentamente, em silêncio e sensivelmente como segue:

A Infinita Inteligência atrai para mim o comprador para esta casa, que a deseja e que irá prosperar nela. Este comprador está sendo enviado para mim pela sabedoria do meu subconsciente, que não comete erros. Este comprador pode olhar para muitas outras casas, mas a minha é a única que ele vai querer comprar, porque ele é guiado pela inteligência infinita dentro dele. Sei que o comprador será o ideal, na hora ideal, e o preço é o ideal. Tudo está certo. As correntes mais profundas de meu subconsciente estão agora em operação, nos trazendo ao encontro pela ordem divina. Eu sei que assim será.

Lembre-se sempre de que o que você está procurando, está também procurando você. Sempre que você quer vender uma casa ou propriedade de qualquer tipo, há sempre alguém que quer o que você tem para oferecer. Usando corretamente os poderes de sua mente subconsciente, você limpa a sua mente de todo o senso de competição e ansiedade na compra e venda.

COMO ELA CONSEGUIU O QUE QUERIA.

Margaret, uma jovem mulher, regularmente assistia as minhas palestras e aulas. Por causa do local onde ela morava, ela tinha que pegar três ônibus para assistir às preleções. Ela perdia cerca de uma hora e meia no caminho para vir assistir à palestra e mais uma hora e meia para voltar para casa. Em uma de minhas palestras, ela ouviu-me explicar como um jovem que precisava de um carro em seu trabalho conseguiu um .

Ela foi para casa e experimentou a técnica que eu tinha descrito na minha palestra. Depois do feito, ela me escreveu uma carta para me dizer como ela tinha aplicado meus métodos, e o que se seguiu. Eu estou publicando aqui com a sua autorização .

Caro Dr. Murphy:

Eu sabia que eu tinha que ter um carro para o meu crescimento pessoal. Não havia outra maneira, só assim eu poderia continuar a assistir suas palestras regularmente. Eu decidi que, já que eu estava tentando obter um carro, eu deveria tentar obter o carro que sempre sonhei, que era um Cadillac.

Na minha imaginação eu passei por todas as etapas que eu teria que fazer para realmente comprar e dirigir um carro. Me vi indo para a concessionária e fazendo o test-drive no modelo que me interessava. Eu declarei que aquele Cadillac seria meu por várias e várias vezes.

Eu mantive a imagem mental de entrar no carro, de dirigi-lo, de sentir o seu estofamento e assim por diante, consistentemente por mais de duas semanas. Na semana passada fui até a sua palestra em um Cadillac. Meu velho tio em Inglewood veio a falecer e me deixou o seu Cadillac em meu nome.

UMA TÉCNICA UTILIZADA POR MUITOS EXECUTIVOS DE SUCESSO .

Muitos executivos proeminentes nos negócios, usam tranquilamente e repetidamente o termo abstrato, “sucesso”. Eles fazem isso várias vezes por dia até atingirem a convicção de que o sucesso lhes pertence. Eles sabem que a ideia de sucesso contém todos os elementos essenciais para o sucesso. Da mesma forma, você pode começar agora a repetir a palavra “sucesso” para si mesmo com fé e convicção. Sua mente subconsciente irá aceitá-la como verdade em você, e você estará sob uma compulsão subconsciente para ter sucesso.

Você está compelido a expressar suas crenças subjetivas, impressões e convicções. O que significa sucesso para você? Você quer, sem dúvida, ser bem-sucedido em sua vida em casa e em seus relacionamentos com os outros. Você deseja ser excelente no seu trabalho escolhido ou profissão. Você deseja possuir uma bela casa e todo o dinheiro que você precisa para viver confortavelmente e feliz. Você quer ser bem-sucedido em sua vida de oração e em seu contato com os poderes de sua mente subconsciente.

Você é um executivo de negócios também, porque você está no negócio da vida. Torne-se um executivo bem-sucedido, imaginando-se fazer o que deseja fazer e possuir as coisas que deseja possuir. Torne-se criativo; participe mentalmente da realidade do sucesso. Faça disso um hábito. Vá dormir sentindo o sucesso todas as noites e fique perfeitamente satisfeito, e você irá ter sucesso eventualmente em conseguir implantar a ideia de

sucesso em seu subconsciente. Acredite que você nasceu para ter sucesso, e maravilhas vão acontecer enquanto você orar .

PONTOS RENTÁVEIS.

- Sucesso significa uma vida bem-sucedida. Quando você está tranquilo, feliz, alegre, e fazendo o que você ama fazer, você é bem-sucedido.
- Descubra o que você gosta de fazer e, em seguida, o faça. Se você não conhece a sua verdadeira expressão, peça orientação e a orientação virá.
- Especialize-se em seu campo particular e tente saber mais sobre ele do que qualquer outro.
- Aqueles que são bem-sucedidos não são egoístas. Seu principal desejo na vida é servir a humanidade.
- Não há nenhum sucesso verdadeiro sem paz de espírito.
- Uma pessoa bem-sucedida possui grande conhecimento psicológico e espiritual.
- Se você imaginar um objetivo claramente, você será fornecido com o que for necessário, através do poder maravilhoso que opera o seu subconsciente.
- Seu pensamento fundido com sentimento torna-se uma crença subjetiva, *conforme a sua fé, assim será feito a vós* .
- O poder da imaginação sustentada eleva os poderes de operar milagres de seu subconsciente.
- Se você está procurando uma promoção no seu trabalho, imagine o seu chefe ou supervisor lhe dando os parabéns pela sua promoção. Torne a imagem vívida e real. Ouça a voz, veja os gestos e sinta a realidade de tudo. Continue a fazer isto com frequência, e através da sabedoria infinita de seu subconsciente, você experimentará a alegria da oração respondida.
- Sua mente subconsciente é o depósito da memória. Para uma memória perfeita, afirme frequentemente: ' a infinita inteligência do meu subconsciente revela-me tudo o que eu preciso saber em todos os momentos, em todos os lugares. '
- Se você deseja vender uma casa ou propriedade de qualquer tipo, afirme lentamente, calmamente e sensivelmente como se segue: “A infinita inteligência atrai para mim o comprador para esta casa ou propriedade, que a deseja, e que irá prosperar nela”. Sustente essa consciência, e as correntes mais profundas de sua mente subconsciente vão fazê-la acontecer .

- A ideia do sucesso contém todos os elementos de sucesso. Repita a palavra “sucesso” para si mesmo frequentemente com fé e convicção e você ficará impelido pelo seu subconsciente para ter sucesso.

CAPÍTULO 12 - COMO OS CIÊNTISTAS USAM A MENTE SUBCONSCIENTE.

Muitos dos cientistas mais criativos da história perceberam a verdadeira importância da mente subconsciente. Edison, Marconi, Einstein e muitos outros usaram a mente subconsciente para lhes dar o discernimento e o “know-how” para realizarem suas grandes conquistas. A capacidade de colocar o poder da mente subconsciente em ação, é um dos fatores mais importantes na determinação do sucesso das grandes pesquisas e trabalhos científicos.

Um dos exemplos mais incríveis disto pode ser encontrado na vida do célebre químico, Friedrich Von Stradonitz. Ele estava tentando a muito tempo compreender a estrutura química do hidrocarboneto chamado benzina. Este é um composto que contém seis átomos de carbono e seis de hidrogênio. Stradonitz constantemente ficava perplexo com o problema. Todos os seus esforços pareciam levar a lugar nenhum.

Incapaz de resolver o enigma, cansado e esgotado, Stradonitz tirou completamente o assunto de sua mente subconsciente. Pouco depois, quando ele estava prestes a entrar em um ônibus de Londres, o seu subconsciente presenteou a sua mente consciente com um súbito clarão. Em sua mente, Stradonitz viu a imagem de uma cobra mordendo a própria cauda e dando voltas como um cata-vento. Esta mensagem de sua mente subconsciente o inspirou a orientar a sua busca em uma direção diferente. Logo depois ele conseguiu chegar à resposta há muito procurada, o arranjo circular de átomos que hoje é conhecido como o anel de benzeno.

COMO UM DISTINTO CIENTISTA REALIZOU SUAS INVENÇÕES.

Nikola Tesla foi um brilhante pioneiro no campo da eletricidade. A bobina de Tesla, nas exposições e museus de ciência, é sempre uma das favoritas entre as crianças, esta foi apenas uma de suas invenções. Ela é uma esfera de metal carregada. Quando alguém a toca, a eletricidade estática faz seu cabelo ficar de pé. Tesla também trabalhou com o conceito de energia de rádio-difusão. Suas ideias sobre este tema até hoje são consideradas revolucionárias.

Tesla era um usuário convencido do poder da mente subconsciente. Sempre que ele tinha uma ideia para uma nova invenção ou uma nova direção de pesquisa, ele a construía em sua imaginação que passava para a sua mente subconsciente. Ele sabia que seu subconsciente iria reconstruí-la

e a revelaria à sua mente consciente, com todas as peças necessárias para sua fabricação de forma consistente. Através do contemplamento silencioso de todas as melhorias possíveis, ele não perdia tempo em corrigir os defeitos encontrados. Ele era capaz de dar aos técnicos que trabalhavam com ele, o produto final perfeito de sua mente.

Em uma entrevista, ele disse, “Invariavelmente, meus aparelhos funcionam como eu imaginava que deveriam. Em vinte anos não houve uma única exceção. ”

COMO UM FAMOSO NATURALISTA RESOLVEU SEU PROBLEMA.

O professor Louis Agassiz da Universidade de Harvard foi um dos mais ilustres naturalistas americanos do século dezanove. Ele descobriu os grandes potenciais de seu subconsciente... enquanto ele dormia. O exemplo a seguir vem de uma biografia de Agassiz, escrita por sua viúva. Ele estava há duas semanas, se esforçando para decifrar parte do formato de um fóssil de peixe que ainda estava enterrado sobre a rocha em que ele foi preservado. Cansado e perplexo, ele enfim deixou o seu trabalho de lado e tentou se desligar dele temporariamente. Pouco depois, em uma noite, ele acordou persuadido da certeza que tinha visto seu peixe enquanto ele dormia, com todas as características ausentes perfeitamente restauradas. Mas quando ele tentou relembrar e fixar a imagem vista no seu sonho, ela escapou. No entanto, ele foi mais cedo para o Jardin des Plantes, pensando que ao olhar novamente para o fóssil que ele poderia ver algo que iria relembrá-lo da sua visão. Em vão - a lembrança ainda estava tão turva e escura como antes. Na noite seguinte, ele viu o peixe novamente, mas ainda com um resultado não satisfatório. Pois quando ele acordou ele desapareceu da sua memória como antes. Esperando que a mesma experiência poderia ser repetida, na terceira noite ele colocou um lápis e papel ao lado da cama antes de ir dormir.

Comprovando as expectativas, antes do amanhecer o peixe reapareceu em seu sonho, de início estava um pouco confuso, mas por fim com tal distinção que ele já não tinha qualquer dúvida quanto suas características zoológicas. Ainda meio sonolento, em perfeita escuridão, ele traçou as características na folha de papel ao lado da cama. Pela manhã, ele ficou surpreso ao ver no seu desenho noturno, todas as características do fóssil que ele achava impossível revelar. Ele seguiu para o Jardin des Plantes e, com seu desenho como um guia, sucedeu em escavar para fora da superfície de pedra , as partes do peixe que estavam escondidas. Ao ficar

totalmente exposto o fóssil correspondia plenamente com o seu sonho e seu desenho, logo depois ele teve facilidade em classificar o fóssil com sucesso .

COMO UM EXCELENTE FÍSICO RESOLVEU O PROBLEMA DA DIABETES.

Na década de 20, Dr. Frederick Banting, um brilhante médico e pesquisador canadense, concentrou sua atenção na solução para a diabetes, naquela época, a ciência médica não oferecia nenhum método eficaz de controlar a doença. Dr . Banting passou um tempo considerável, testando e estudando pesquisas e artigos internacionais sobre o assunto, mas todos os caminhos que ele explorou pareciam ser um beco sem saída.

Uma noite, exausto por mais um longo dia de esforços aparentemente desperdiçados, ele adormeceu. Enquanto ele estava deitado e dormindo, sua mente subconsciente instruiu-o a extrair o resíduo do duto pancreático degenerado dos cães. Esta inspiração levou-o à descoberta da insulina, o que desde então ajudou a incontáveis milhões de pessoas.

Você pode notar que Dr. Banting vinha conscientemente insistindo sobre o problema por um longo tempo, buscando uma solução, uma saída. Seu subconsciente respondeu em conformidade.

Isto não quer dizer que você sempre obterá uma resposta durante a noite. A resposta pode ficar por vir por algum tempo. Não desanime. Continue a retratar o problema todas as noites para o seu subconsciente, como se você nunca tivesse feito isso antes.

Se continuar e a solução ainda demorar a chegar, talvez você esteja apresentando o pedido ao seu subconsciente como um objetivo muito grande e que provavelmente vai levar muito tempo para resolver a questão. Se for isso, não seria nenhuma surpresa. Somos geralmente tentados a acreditar que nossos problemas são difíceis. Se não fossem, não seriam problemas. No entanto, este é um erro. Sua mente subconsciente transcende o tempo e espaço. Vá dormir acreditando que você tem a resposta agora. Não diga que a resposta terá de esperar algum tempo para ser resolvida. Tenha uma fé inabalável no resultado. Torne-se convencido agora enquanto você lê este livro que, há uma resposta e uma solução perfeita para você.

COMO UM CIENTISTA ESCAPOU DE UM CAMPO DE CONCENTRAÇÃO SOVIÉTICO.

Dr. Lothar Von Blenk-Schmidt, um notável engenheiro de eletrônica, estava preso em um campo de concentração soviético durante a segunda guerra mundial. Ele credita sua sobrevivência e a sua eventual fuga para a liberdade, aos poderes de seu subconsciente.

Eu era um prisioneiro de guerra em uma mina de carvão na Rússia, e eu vi homens morrendo em volta de mim no complexo carcerário. Nós éramos vigiados por guardas brutais, oficiais arrogantes e comissários que tinham um pensamento rápido e afiado. Após um curto checkup médico, uma cota de carvão era atribuída a cada pessoa. Minha cota foi de 150 quilos por dia. No caso de qualquer homem que não cumprisse a sua cota, sua pequena ração de comida seria cortada e em pouco tempo ele estaria descansando no cemitério.

Comecei a me concentrar na minha fuga. Eu sabia que meu subconsciente de alguma forma encontraria uma maneira. Minha casa na Alemanha foi destruída, minha família exterminada, todos os meus amigos e ex-colegas foram mortos na guerra ou estavam em campos de concentração.

Eu disse à minha mente subconsciente, “Eu quero ir para Los Angeles, e você vai encontrar um caminho. ” Eu tinha visto fotos de Los Angeles e lembrava muito bem de algumas das avenidas, bem como de alguns de seus edifícios.

Dia e noite eu me imaginava andando em Wilshire Boulevard , com uma garota americana que conheci em Berlim antes da guerra (ela agora é minha esposa). Na minha imaginação nós visitávamos as lojas, andávamos de ônibus e comíamos em restaurantes. Todas as noites eu fiz disto o meu ponto de apoio, eu me imaginava dirigindo o meu carro americano subindo e descendo as avenidas de Los Angeles. Eu via tudo tão vívido que parecia real. Estas imagens na minha mente eram tão reais e tão naturais para mim como uma das árvores do lado de fora do campo de concentração .

Todas as manhãs o guarda chefe vinha contar os prisioneiros enquanto eles estavam alinhados. Ele fazia a chamada: “um, dois, três, ” etc Numa manhã quando meu número, dezessete, foi chamado, como os outros eu dei um passo à frente. Entretanto, o guarda foi chamado por um minuto ou algo assim, e em seu retorno ele começou por engano pelo próximo homem como número dezessete. Quando o grupo retornou das minas à noite, o número de homens era o mesmo, eu não fui notado e até que percebessem, levaria um bom tempo.

Saí do acampamento sem ser detectado, continuei andando por vinte e quatro horas e descansei em uma cidade deserta no dia seguinte. Eu consegui sobreviver pescando e caçando alguns animais selvagens. Eu

encontrei trens à carvão indo para a Polônia e viajei neles durante a noite, até finalmente chegar na Polónia. Com a ajuda de algumas pessoas, eu segui meu caminho até Lucerna, na Suíça.

Uma noite no Hotel Palace em Lucerna, tive uma conversa com um casal americano. O homem me perguntou se eu gostaria de ser um hóspede em sua casa em Santa Mônica, Califórnia. Eu aceitei, e quando chegamos em Los Angeles, eu percebi que o motorista estava dirigindo ao longo da Wilshire Boulevard e muitas outras avenidas que eu tinha imaginado tão vividamente nos longos meses nas minas de carvão russas. Eu reconheci os prédios que eu tinha visto tantas vezes em minha mente. Parecia realmente que eu já conhecia Los Angeles. Eu tinha alcançado meu objetivo.

Eu nunca deixarei de me impressionar com as maravilhas da mente subconsciente. Verdadeiramente, ela possui meios que desconhecemos.

COMO OS ARQUEÓLOGOS E PALEONTÓLOGOS RECONSTRUIRAM CENÁRIOS ANTIGOS .

Sua mente subconsciente tem uma memória de tudo que já aconteceu na história da nossa espécie. Os arqueólogos, estudando antigas ruínas e os inúmeros artefatos deixados pelo povo das antigas culturas, podem colocar a maravilhosa percepção imaginativa em uso no seu trabalho. Suas mentes subconsciente pode ajudá-los na reconstrução de cenas antigas. Os mortos do passado tornam-se vivos mais uma vez. Olhando para os fragmentos destes edifícios antigos e estudando a cerâmica, a estatuária, ferramentas e utensílios domésticos de civilizações anteriores. O arqueólogo é capaz, através de bancos de dados comuns da mente universal, de saber como, quando e por que esses objetos foram criados.

A forte concentração e imaginação disciplinada do cientista desperta os poderes latentes de seu subconsciente. Isso lhe dá a capacidade de ornar as estruturas antigas com telhados e cercá-los com jardins, piscinas e fontes. Os restos fósseis estão cobertos com os olhos, tendões e músculos, e eles novamente andam e falam. O passado torna-se a vida presente, e percebemos que a mente não tem tempo ou espaço. Através da imaginação disciplinada, controlada e dirigida. Você pode estar na companhia dos pensadores e cientistas mais inspiradores de todos os tempos.

COMO RECEBER A ORIENTAÇÃO DO SEU SUBCONSCIENTE.

Quando você tem que fazer o que você acha que vai ser uma decisão difícil, ou quando você não consegue ver a solução para seu problema,

comece na mesma hora a pensar construtivamente. Se você está temeroso e preocupado, não está realmente pensando. O pensamento verdadeiro é livre do medo.

Aqui estão os passos de uma técnica simples que você pode usar para receber orientação sobre qualquer assunto.

- Silencie a mente e acalme o corpo. Diga ao corpo para relaxar , ele tem que obedecê-lo. Ele não tem vontade, iniciativa ou inteligência autoconsciente. Seu corpo é um disco emocional que registra as suas crenças e impressões.
- Mobilize sua atenção. Concentre o seu pensamento na solução para seu problema.
- Pense no quanto você ficaria feliz ao encontrar a solução ideal. Sinta a sensação de que você está recebendo a solução perfeita agora .
- Deixe sua mente brincar com esse clima de felicidade e contentamento de forma descontraída. Então vá dormir.
- Quando você acordar, se você não tiver a resposta, ocupe-se com outra coisa. Enquanto você está preocupado com outra coisa, é possível que a resposta apareça em sua mente.

Ao receber orientação da mente subconsciente, a maneira mais simples é a melhor. Aqui está uma ilustração. Uma vez perdi um anel valioso que era uma herança de família. Eu o procurei por todo o lado, mas nem cheguei perto de encontrá-lo. Eu estava preocupado e aflito pela perda.

Naquela noite, falei com meu subconsciente, da mesma forma que falaria com qualquer pessoa normal. Antes de dormir, eu disse a ele, “você sabe todas as coisas. Você sabe onde está o anel, e você agora tem que me revelar onde está. ”

De manhã, eu acordei de repente com estas palavras zumbindo no meu ouvido: “Pergunte ao Robert! ”

Isso parecia muito estranho para mim. O único Robert que me lembrei de imediato era o filho de nove anos de meus vizinhos. Por que ele deveria saber alguma coisa sobre a localização do meu anel? No entanto, eu segui a voz interior da intuição.

Encontrei Robert em seu quintal e descrevi o anel para ele.

“Você não viu isso, viu? ” Eu perguntei.

“Oh, claro, ” ele respondeu. “Encontrei nos arbustos ontem quando eu estava brincando de esconde-esconde. Eu não sabia de quem era, então levei-o para dentro e o coloquei na minha mesa. Eu ia colocar um cartaz de

aviso sobre isso, mas me esqueci. ”

A mente subconsciente sempre irá responder-lhe se você confiar nela.

SEU SUBCONSCIENTE REVELOU A VONTADE DE SEU PAI.

Hugo, um jovem que assistira minhas palestras em Los Angeles. Me falou de sua experiência com o poder da mente subconsciente. Seu pai tinha morrido de repente, aparentemente sem deixar um testamento. No entanto, sua irmã falou com ele que seu pai tinha uma vez falado com ela a respeito de um testamento, seu pai disse a ela que ele tinha feito o seu melhor para ser justo para todos .

Hugo sabia que seu pai era muito sistemático para morrer sem deixar um testamento, a propriedade teria que ser dividida de acordo com as regras feitas pelo Estado. Não era provável que isso se encaixaria nos desejos do seu pai. Além disso, honorários advocatícios consumiria uma parte boa da herança. Ele e sua irmã procuraram por toda parte, mas eles não conseguiram localizar o documento. Até chegar ao ponto em que eles começaram a duvidar se realmente existia um testamento .

Então Hugo lembrou o que tinha aprendido sobre como usar a mente subconsciente. Antes de dormir, ele falou à sua mente mais profunda, dizendo, “agora eu entrego este pedido para meu subconsciente. Ele sabe onde está o testamento com a vontade do meu pai e irá revelar-me. ” Então ele condensou seu pedido em uma palavra, “Resposta”. Ele repetiu isso várias vezes, como uma canção de ninar. Ele foi dormir com a palavra “Resposta” ecoando em sua mente.

Na manhã seguinte, ele acordou com uma tremenda vontade de ir a um determinado banco no centro de Los Angeles. Ele se perguntou sobre isso. Será que ele tinha ouvido seu pai mencioná-lo alguma vez? Ou será que ele imaginou ter visto alguma carta do banco na caixa de correio do seu pai? Ele não sabia, mas ele sabia que ele tinha que verificar esse palpite. Ele foi ao banco naquela manhã. Um funcionário do banco confirmou que havia uma gaveta no cofre, registrada em nome de seu falecido pai. Quando a caixa foi aberta, o testamento desaparecido estava lá dentro.

Seu pensamento, à medida em que você cai no sono, desperta uma latência poderosa que está dentro de você. Suponha que você esteja se perguntando se você deve vender sua casa, comprar um determinado estoque, desfazer uma sociedade, mudar-se para Nova Iorque ou permanecer em Los Angeles, rescindir o presente contrato ou tomar um novo. Faça isso: sente-se calmamente em sua poltrona ou na mesa do seu escritório. Lembre-se

que existe uma lei universal da ação e reação. A ação é o seu pensamento. A reação é a resposta da sua mente subconsciente. A mente subconsciente é reativa e reflexiva. Essa é sua natureza. Ela rebate, recompensa e paga. Siga a lei da correspondência. Ela responde pelo correspondente. Conforme você contemplar a ação correta, você automaticamente vai experimentar uma reação ou resposta em si mesmo, o que representa a orientação ou a resposta de sua mente subconsciente.

Em busca de orientação, simplesmente pense calmamente na ação correta. Isto significa que você está usando a inteligência infinita residente na mente subconsciente até o ponto onde ela começa a usar você. Daí em diante, seu curso de ação é dirigido e controlado pela inteligência subjetiva dentro de você, que é pura sabedoria e onipotência. Sua decisão será a correta. Você fará apenas a ação correta porque você estará sob uma compulsão subjetiva para fazer a coisa certa. Eu uso a palavra compulsão, porque a lei do subconsciente é a compulsão.

O SEGREDO DA ORIENTAÇÃO.

O segredo da orientação ou da ação correta é mentalmente dedicar-se à resposta certa, até que você encontre essa resposta em você. A resposta é um sentimento, uma consciência interna, um palpite avassalador no qual você sabe que sabe. Você usou o poder a tal ponto onde o poder começa a usar você. Possivelmente, você não pode falhar ou dar um passo em falso enquanto estiver operando sob a sabedoria subjetiva dentro de você. Você vai sentir que todas as suas maneiras são agradáveis e todos os seus caminhos são de paz.

DESTAQUES PARA RELEMBRAR.

- Lembre-se de que a mente subconsciente tem determinado o sucesso e as realizações maravilhosas de todas as grandes personalidades científicas .
- Dando sua atenção consciente e devoção para a solução de um problema desconcertante, sua mente subconsciente reúne todas as informações necessárias e a apresenta como um estouro para a mente consciente.
- Se você está tentando saber a resposta para um problema, tente resolvê-lo objetivamente. Obtenha todas as informações que você pode, pesquise sobre ele. Se nenhuma resposta vier, entregue-o ao seu subconsciente antes de dormir, e a resposta sempre virá. Nunca falha.
- A resposta nem sempre surge durante a noite. Continue a entregar seu pedido ao seu subconsciente até o dia nascer e as sombras partirem .

- Você atrasa a resposta ao pensar que ela vai demorar um longo tempo por se tratar de um grande problema. Seu subconsciente não tem nenhum problema, ele sabe a resposta.
- Acredite que você tem a resposta agora. Sinta a alegria da resposta e a maneira como você se sentiria se tivesse a resposta perfeita. Seu subconsciente responderá ao seu sentimento.
- Qualquer imagem mental, apoiada pela fé e perseverança, se realizará através do milagroso poder do seu subconsciente. Confie nele, acredite em seu poder e maravilhas vão acontecer conforme você reza.
- Seu subconsciente é o armazém da memória e dentro de seu subconsciente estão registradas todas as suas experiências desde a infância.
- Os arqueólogos meditando sobre pergaminhos antigos, templos, fósseis e outras provas são capazes de reconstruir cenas do passado e dar vida a elas hoje. Sua mente subconsciente vem em seu auxílio.
- Entregue o seu pedido de uma solução para o seu subconsciente antes de dormir. Confie nele e acredite nele, e a resposta virá. Ele sabe tudo e vê tudo, mas você não deve duvidar ou questionar seus poderes.
- A ação é o seu pensamento, e a reação é a resposta da sua mente subconsciente. Se seus pensamentos são sábios, suas ações e decisões serão sábias.
- A orientação vem como um sentimento, uma consciência interna, um palpite avassalador no qual você sabe que sabe. É um sentimento interior de toque. Siga-o com a simplicidade da fé.

CAPÍTULO 13 - SEU SUBCONSCIENTE E AS MARAVILHAS DO SONO.

Você gasta cerca de oito entre cada vinte e quatro horas, ou um terço de toda a sua vida, dormindo. Esta é uma lei inexorável da vida. O sono é uma lei divina, e muitas respostas para os nossos problemas vêm até nós quando estamos dormindo.

Muitas pessoas têm defendido a teoria de que você se cansa durante o dia, e que quando você vai dormir, é para descansar o corpo e um processo reparativo ocorre enquanto você dorme. Isso é um tremendo mal-entendido. Nada repousa durante o sono, nem seu coração, nem seus pulmões e nem as suas funções e órgãos vitais, tudo funciona normalmente enquanto você está dormindo. Por exemplo se você comer antes de dormir, o alimento ainda será digerido e assimilado. Sua pele continuará a segregar suor e seu cabelo e unhas continuam a crescer.

Da mesma forma, sua mente subconsciente nunca descansa ou dorme. Está sempre ativa, controlando todas as suas forças vitais. O processo de cicatrização ocorre mais rapidamente enquanto você está dormindo, porque não há nenhuma interferência de sua mente consciente. Notáveis respostas são dadas a você enquanto você dorme.

POR QUE DORMIMOS.

Um dos primeiros pesquisadores científicos a conduzir investigações sérias sobre o sono, foi o Dr. John Bigelow. Ele foi capaz de mostrar que à noite, enquanto dormimos, recebemos impressões constantes através dos nervos sensoriais ligados aos olhos, nariz, ouvidos e nervos subcutâneos. A rede neural do cérebro também continua bastante ativa.

A pesquisa do Dr. Bigelow o levou a uma conclusão que está alinhada com as informações apresentadas neste livro. Ele disse que a principal razão pela qual dormimos é para que *“a parte mais nobre da alma fique unida à abstração de nossa natureza superior, e se torne um participante na sabedoria e na presciência dos deuses. ”*

ORAÇÃO, UMA FORMA DE SONO.

Durante todo o dia, sua mente consciente se envolve com agravos, conflitos e contendas. Ela precisa ser capaz de se retirar periodicamente da camada do sentido e do mundo objetivo, e comungar silenciosamente com a sabedoria interior de sua mente subconsciente. Reivindicando a maior inteligência, força e orientação, em todas as fases da sua vida, você estará

habilitado para superar todas as dificuldades e resolver seus problemas diários .

Esta retirada regular do nível do sentido , do barulho e da confusão da vida cotidiana é também uma forma de sono. Ou seja, você se torna vivo para a sabedoria e o poder de sua mente subconsciente , enquanto está dormindo para o mundo dos sentidos.

SENTINDO OS EFEITOS DA LONGA PRIVAÇÃO DO SONO.

Falta de sono pode causar-lhe estresse, mal humor e depressão. Todos os seres humanos precisam de um mínimo de seis horas de sono para ser saudável. A maioria das pessoas precisa de mais. Aqueles que pensam que podem conviver com menos estão se enganando.

Médicos pesquisadores que investigaram os processos do sono e sua privação, salientam que a insônia grave precede ataques psicóticos em alguns casos.

Lembre-se que, você se recarrega espiritualmente durante o sono. Sono adequado é essencial para produzir alegria e vitalidade na vida.

VOCÊ PRECISA DORMIR MAIS.

Uma maneira de descobrir por que precisamos do sono , é ver o que acontece quando ficamos sem dormir. Em 1964, um rapaz de dezessete anos de idade chamado Randy Gardner conseguiu ganhar um lugar no Guinness Book, o livro dos records. Ele se manteve acordado por 264 horas - onze dias seguidos! Testes posteriores mostraram que ele não tinha sofrido nenhum dano permanente. No entanto, durante o tempo que ele estava se mantendo acordado, seus processos de pensamento se deterioraram. Sua fala tornou-se lenta. Ele sofria de lapsos de memória. Nas últimas horas, ele começou a apresentar alucinações.

A maioria das pessoas que estão com problemas crônicos e dormem pouco, não chegam a ir a tais extremos. No entanto, eles também podem sofrer de efeitos graves. De acordo com o National Highway Traffic Safety Administration, cerca de 200.000 acidentes de trânsito por ano estão relacionados com problemas de sono. Um em cada 5 motoristas ocasionalmente já dirigiu com sono ao volante. Como resultado, eles teriam de 5 a 10 vezes mais chances de ter um acidente à noite do que durante o dia.

Experimentos com voluntários mostraram que um cérebro cansado, anseia por sono tão avidamente que, sacrificaria tudo para o conseguir. Após

apenas algumas horas de perda de sono, as pessoas começam a dar pequenos cochilos chamados de “lapsos” ou micro-sono. Estes acontecem três ou quatro vezes por hora. Durante eles, assim como no sono “real”, as pálpebras da pessoa se fecham e suas ondas cerebrais tornam-se mais lentas.

A princípio, cada um destes lapsos dura apenas uma fração de segundo, mas após horas de acúmulo da perda de sono, os lapsos ficam mais frequentes e por último mais longos, durando cerca de dois ou três segundos. Mesmo que a pessoa esteja pilotando um avião no meio de uma tempestade, ele ainda não poderia resistir aos lapsos devido a estes inestimáveis segundos de sono .

O SONO SE TORNA UM CONSELHEIRO.

Uma jovem mulher, em Los Angeles, sempre escutava os meus programas de rádio. Ela me disse uma vez que ela recebeu uma oferta para vir trabalhar em Nova York para ganhar o dobro do seu salário atual. Ela não conseguia se decidir se aceitaria ou não o novo emprego. Antes de dormir, ela rezou com estas palavras:

A inteligência criativa de minha mente subconsciente sabe o que é melhor para mim. Sua tendência é sempre para a vida, e irá me revelar a decisão correta, que abençoa a mim e a todos os interessados. Dou graças pela resposta que eu sei que virá até mim.

Ela repetiu essa oração simples várias vezes antes de dormir, como uma canção de ninar... até ela cair no sono. Pela manhã, ela teve um sentimento persistente que ela não deveria aceitar a oferta. Ela a rejeitou. Eventos posteriores verificaram o que seu senso interior sabia. Alguns meses após a oferta de emprego, a empresa foi à falência.

A mente consciente poderia estar correta sobre os fatos objetivamente conhecidos. No entanto, foi a faculdade intuitiva da mente subconsciente que percebeu os problemas com a empresa e a alertou em conformidade.

SALVANDO-SE DE CERTOS DESASTRES.

A sabedoria de sua mente subconsciente pode instruí-lo e protegê-lo, se você orar por decisões certas antes de dormir.

Há muitos anos atrás, me ofereceram um trabalho lucrativo no Extremo Oriente. Rezei pela orientação e a decisão certa, como se segue:

A inteligência infinita dentro de mim sabe todas as coisas. A decisão certa será revelada para mim na ordem divina. E reconhecerei a resposta

quando ela vier.

Eu repeti esta simples oração várias vezes como uma canção para dormir. Naquela noite, eu tive um sonho em que um velho amigo veio até mim. Ele estendeu um jornal e disse: “Leia estas manchetes! Não vá!” As manchetes do jornal alardeavam histórias de violência, agitação, e guerra-geral, que não muito tempo depois, vieram a acontecer na região onde me pediram para ir .

Seu subconsciente é todo sábio. Ele sabe todas as coisas. Muitas vezes ele vai falar com você, mas com uma voz que sua mente consciente aceitará imediatamente. No sonho que eu relacionei, que sem dúvida salvou-me de me colocar numa situação de grande perigo, meu subconsciente projetou seu aviso sob o disfarce de uma pessoa a quem eu confiava e respeitava .

Para alguns, o aviso pode vir na forma de uma mãe que aparece em um sonho. Ela diz para a pessoa não ir aqui ou ali e a razão do aviso. Às vezes, seu subconsciente irá avisá-lo enquanto caminha. Você pode achar que o chamaram por uma voz que soa igual à da sua mãe ou de algum ente querido. Pare, e vá à procura de sua origem. Mais tarde você vai saber que se você tivesse seguido no caminho que estava, você poderia ter sido atingido na cabeça por um objeto caindo de uma janela.

SEU FUTURO ESTÁ EM SUA MENTE SUBCONSCIENTE.

Lembre-se de que o seu futuro é o resultado de seu pensamento habitual, ele já está em sua mente a não ser que você o altere através da oração. Da mesma forma, o futuro de um país está no subconsciente coletivo do povo dessa nação. Não há nada de estranho no sonho em que tive. Eu vi as manchetes dos jornais muito antes dos eventos que eles precediam. Esses eventos já estavam alocados nas mentes daqueles que lhes trariam à tona. Todos os fatos e planos já estavam transmitidos a este grande instrumento de gravação, o subconsciente coletivo da mente universal. Os eventos de amanhã já estão na sua mente subconsciente. Também os da próxima semana e do mês que vem. Eles podem ser percebidos por uma pessoa altamente sensível ou clarividente.

Nenhum desastre ou tragédia pode acontecer se você se decidir a rezar. Nada é predeterminado ou predestinado. Sua atitude mental - a maneira de pensar, sentir e acreditar - determina seu destino. Você pode, por meio da oração científica, mudar, alterar e criar seu próprio futuro. Qualquer homem que semear, também colherá .

UMA SONECA LHE RENDEU 15.000 DÓLARES .

Anos atrás, um dos meus alunos me enviou um recorte de jornal sobre um homem chamado Ray Hammerstrom que trabalhou como um encarregado de uma fábrica de aço de Pittsburgh. A fábrica tinha instalado uma nova máquina recentemente , que iria transportar as barras de aço recém forjadas , para o que eram chamadas de câmaras de resfriamento. Apesar dos melhores esforços dos instaladores, a máquina não conseguiu funcionar e operar corretamente. Engenheiros trabalharam nela durante vários dias, mas sem sucesso.

Hammerstrom pensou muito sobre o problema. Ele tentou descobrir um novo design que pudesse funcionar. Nada veio à sua cabeça. Uma tarde, ele se deitou para tirar um cochilo. Enquanto ele caía no sono, ele estava pensando no problema do interruptor. Durante a sesta, ele teve um sonho no qual viu um design perfeito para substituir o interruptor defeituoso. Quando ele acordou, ele esboçou seu novo projeto de acordo com o design visto no seu sonho.

Esta cochilada visionária rendeu a Hammerstrom um cheque de US\$15.000, o maior prêmio que a empresa já tinha dado a um funcionário por uma nova ideia.

COMO UM FROFESSOR RESOLVEU SEU PROBLEMA COM O SONO.

Dr. H.V. Helprecht, foi um eminente professor de História Assíria da Universidade da Pensilvânia. Em suas memórias, relatou uma experiência incrível.

Em uma noite de sábado eu estava a me cansar, na vã tentativa de decifrar dois pequenos fragmentos de ágata que deveriam pertencer aos anéis de dedo de alguns babilônios.

À meia-noite, cansado e exausto, fui para a cama e tive o seguinte sonho notável: um sacerdote alto e magro, de Nippur, com cerca de quarenta anos de idade, levou-me para a câmara do tesouro do templo... uma pequena sala, de teto baixo, sem janelas, com pedaços de ágata e lápis-lazúli espalhados no chão. Ali ele me abordou da seguinte maneira: “os dois fragmentos que você publicou separadamente nas páginas 22 e 26 pertencem um ao outro, não são anéis de dedo. Os dois primeiros anéis serviram como brincos para a estátua do Deus; os dois fragmentos (que estavam comigo) são partes deles. Se você colocá-los juntos você terá confirmação das minhas palavras. ”... Acordei em seguida . .. examinei os

fragmentos... e para meu espanto, verifiquei o que descobri em meu sonho. Então, o problema foi finalmente resolvido.

Isto demonstra claramente a manifestação criativa de sua mente subconsciente, que sabe a resposta para todos os seus problemas.

COMO O SUBCONSCIENTE TRABALHOU PARA UM FAMOSO ESCRITOR ENQUANTO ELE DORMIA.

Em um de seus livros, *Across the plains - Através das Planícies*, Rorbet Louis Stevenson dedica um capítulo inteiro ao tema dos sonhos. Ele era um sonhador vívido. Era seu hábito constante, dar instruções específicas ao seu subconsciente previamente antes de dormir. Ele pedia ao seu subconsciente para desenvolver histórias para ele enquanto ele dormia. Por exemplo, se sua conta bancária estava baixa, seu comando para o seu subconsciente seria algo assim: “Dê-me um bom romance emocionante que será comercializável e rentável.” E seu subconsciente o respondia magnificamente.

“A inteligência e competência do meu subconsciente pode me contar uma história parte por parte, como se fosse um seriado, e ainda me mantém como seu suposto criador, e ao mesmo tempo, sem qualquer conhecimento de sua origem.”

DURMA EM PAZ E ACORDE EM ALEGRIA.

Se você sofre de insônia, você irá achar a seguinte oração muito eficaz. Repita-a lentamente, calmamente e com amor antes de dormir:

Meus pés estão relaxados, meus tornozelos estão relaxados, meus músculos abdominais estão relaxados, meu coração e os pulmões estão relaxados, minhas mãos e braços estão relaxados, meu pescoço está relaxado, meu cérebro está relaxado, meu rosto está relaxado, meus olhos estão relaxados, minha mente inteira e meu corpo estão relaxados.

Eu perdoo a todos livremente e totalmente, e sinceramente desejo-lhes todas as bênçãos da vida, saúde, paz e harmonia. Estou em paz, eu estou calmo, sereno e equilibrado. Eu descanso em segurança e em paz. Uma grande quietude rouba mais de mim, e uma grande calma aquieta todo o meu ser à medida que eu percebo a presença divina dentro de mim. Eu sei que a realização da vida e do amor está me curando.

Eu me enrolo no manto de amor e caio no sono cheio de boa vontade para todos. Durante toda a noite a paz permanece comigo e de manhã, eu vou ser preenchido com vida e amor. Um círculo de amor é desenhado ao meu

redor. Não temerei nenhum mal, porque tu estás comigo. Durmo em paz, acordo com alegria, e nele eu vou viver, me mover e sentir o meu ser.

RESUMO DE SEUS REMÉDIOS PARA AS MARAVILHAS DO SONO.

- Se você está preocupado achando que você não vai acordar a tempo, sugira ao seu subconsciente antes de dormir a hora exata que você deseja levantar e ele vai te acordar. Não precisa de relógio. Faça a mesma coisa com todos os problemas. Não há nada difícil demais para o seu subconsciente.
- Seu subconsciente nunca dorme. Está sempre no trabalho. Ele controla todas as suas funções vitais. Perdoe a si mesmo e todos os outros antes de você ir dormir e uma cura ocorrerá muito mais rapidamente.
- Orientações podem ser dadas a você enquanto você está dormindo, às vezes em um sonho. As correntes curativas também são lançadas, e de manhã, você se sente renovado e rejuvenescido.
- Quando perturbado pelas afrontas e conflitos do dia, reduza os ruídos da sua mente e pense sobre a sabedoria e inteligência, encontrada em seu subconsciente, que está pronto para responder a você. Isto lhe dará paz, força e confiança.
- O sono é essencial para a saúde do corpo e a paz de espírito. Falta de sono pode causar irritação, depressão e transtornos mentais. Você precisa de oito horas de sono.
- Estudos e pesquisas médicas apontam que a insônia precede colapsos psicóticos.
- Você é recarregado espiritualmente durante o sono. O sono adequado é essencial para a alegria e vitalidade na vida.
- Seu cérebro cansado anseia por sono tão avidamente, que vai sacrificar tudo para o conseguir. Muitos que quase adormeceram ao volante de um automóvel podem testemunhar isto.
- Muitas pessoas têm memórias fracas por falta de sono adequado. Eles se tornam desatentos, confusos e desorientados.
- O sono se faz um conselheiro. Antes de dormir, afirme que a inteligência infinita de seu subconsciente o está orientando e direcionando. Então, preste atenção para as pistas que talvez venham ao despertar.
- Confie plenamente em seu subconsciente. Saiba que sua tendência é sempre para a vida. Ocasionalmente, seu subconsciente responde a você

com uma visão bastante vívida em um sonho no meio da noite. Você pode ser avisado num sonho da mesma forma como o autor deste livro foi avisado .

- Seu futuro está em sua mente agora, com base no seu pensamento habitual e crenças. Afirme que a inteligência infinita o conduz e orienta e que tudo de bom é seu, assim seu futuro será maravilhoso. Acredite e aceite. Espere o melhor, e invariavelmente o melhor virá para você.

- Se você estiver escrevendo um romance, peça ou livro, ou está trabalhando em uma invenção, fale com a sua mente subconsciente à noite e ousadamente afirme que sua sabedoria, inteligência e poder estão te guiando, dirigindo e lhe revelando a peça, novela ou livro ideal e a solução perfeita, qualquer que seja. Maravilhas vão acontecer conforme você orar dessa maneira.

CAPÍTULO 14 - SEU SUBCONSCIENTE E OS PROBLEMAS CONJUGAIS.

Todos os problemas conjugais são causados por uma falha ao entender corretamente as funções e poderes da mente. O atrito entre marido e mulher irá desaparecer quando cada um usar corretamente as leis da mente. Rezando juntos eles ficam juntos. A contemplação dos ideais divinos, o estudo das leis da vida, o acordo mútuo em um propósito comum, o plano e o gozo da liberdade pessoal, irão trazer harmonia e felicidade para esse casamento, somando-se ao senso de unidade, onde os dois se tornam um.

O melhor momento para evitar o divórcio é antes do casamento. Não há nada de errado em tomar a decisão de sair fora de uma situação muito ruim. Mas por que, em primeiro lugar, você entrou nesta situação ruim? Não seria melhor dar sua atenção para a verdadeira causa dos seus problemas conjugais, para realmente chegar na raiz da questão, antes de qualquer outra coisa?

Os problemas de infelicidade conjugal, discórdia, separação e divórcio não são diferentes de todos os outros problemas dos homens e mulheres. Eles podem estar ligados diretamente a uma falta de conhecimento sobre o funcionamento e a inter-relação da mente consciente e subconsciente.

O SIGNIFICADO DO CASAMENTO.

Para ser legítimo, um casamento deve começar sobre uma base espiritual sólida. Deve ser do coração, pois o coração é o cálice do amor. Honestidade, sinceridade, bondade e integridade são todos aspectos do amor. Cada parceiro deve ser perfeitamente honesto e sincero com o outro. Não é um casamento de verdade... quando um homem se casa com uma mulher para levantar seu ego ou porque quer compartilhar com o dinheiro dela, ou posição social. Isto indica uma falta de sinceridade, honestidade e amor verdadeiro. Este casamento é uma farsa, uma fraude e um baile de máscaras.

Se uma mulher diz, estou cansada de trabalhar. Eu quero casar porque eu quero segurança, sua principal premissa é falsa. Ela não está usando corretamente as leis da mente. Sua segurança depende apenas do seu conhecimento da interação das mentes consciente e subconsciente, e de suas aplicações.

Uma mulher (ou homem) nunca terá falta de riqueza ou saúde se ela aplicar as técnicas descritas nos capítulos deste livro. A riqueza pode vir

dela independentemente de seu marido, pais ou de qualquer outra pessoa. Uma mulher não depende de seu marido para ter saúde, paz, alegria, inspiração, orientação, amor, riqueza, segurança, felicidade ou qualquer outra coisa no mundo. A segurança e a paz de espírito vêm de seu conhecimento dos poderes interiores e do uso constante das leis da sua própria mente, de forma construtiva.

COMO ATRAIR O MARIDO IDEAL.

Se você estudou nos capítulos que antecedem este, agora você está familiarizado com o funcionamento de seu subconsciente. Você sabe que tudo aquilo que impressionar sobre ele, será vivenciado em seu mundo. Comece agora a impressionar sua mente subconsciente com as qualidades e características que você deseja em um homem.

A seguir, uma excelente técnica: sente-se à noite em sua poltrona, feche os olhos, esvazie a mente, relaxe o corpo, fique muito quieta, passiva e receptiva. Fale com sua mente subconsciente e diga a ela.

Eu estou agora atraindo um homem em minha vida, que é honesto, sincero, leal, fiel, tranquilo, feliz e próspero. Estas qualidades que admiro estão se fixando em minha mente subconsciente agora. Conforme eu me concentrar sobre essas características, elas irão se tornar uma parte de mim e serão incorporadas no subconsciente.

Eu sei que há uma lei irresistível da atração e que atraio para mim um homem segundo a minha crença subconsciente. Eu atraio o que sinto ser verdadeiro em minha mente subconsciente.

Eu sei que eu posso contribuir para a paz e a felicidade dele. Ele ama os meus ideais, e eu amo os seus ideais. Ele não quer se aproveitar de mim; nem quero fazê-lo. Haverá amor, respeito, e liberdade mútua.

Pratique este processo de impregnar sua mente subconsciente. Então, você terá a alegria de atrair para você um homem possuindo as qualidades e características pelas quais você mentalmente experimentou. Sua inteligência subconsciente abrirá um caminho, pelo qual você e ele se encontrarão, de acordo com o fluxo irresistível e imutável do seu próprio subconsciente. Tenha um desejo forte para dar o melhor de você, em amor, devoção e cooperação. Seja receptiva a este presente de amor que você está dando à sua mente subconsciente.

COMO ATRAIR A ESPOSA IDEAL.

Para descrever a si mesmo a parceira para a vida que você procura, afirme

como segue:

Eu agora atraio a mulher certa, que se completa de acordo comigo. Que seja uma união espiritual, que venha do amor divino que flui através da personalidade dessa mulher com quem eu vou me unir perfeitamente. Eu sei que posso dar a esta mulher amor, luz, paz e alegria. Eu sinto e acredito que eu posso fazer a vida desta mulher plena, completa e maravilhosa.

Eu agora declaro que ela possui os seguintes atributos e qualidades: ela é espiritual, leal, fiel e verdadeira. Ela é harmoniosa, pacífica e feliz. Nós somos irresistivelmente atraídos uns aos outros. Apenas o que provém do amor, da verdade e da beleza pode entrar em minha vida. Agora, eu aceito minha companheira ideal.

À medida em que você pensar tranquilamente e com profundo interesse sobre as qualidades e atributos que você admira na companheira que você procura, você construirá o equivalente mental em sua mentalidade. Então, as correntes mais profundas de sua mente subconsciente vão unir aos dois na ordem divina.

NÃO HÁ NECESSIDADE DE UM TERCEIRO ERRO.

Recentemente, Sheila, uma mulher com muitos anos de experiência como administradora, disse para mim, eu tive três maridos e todos os três foram passivos e submissos. Todos eles dependiam de mim para tomar todas as decisões e fazer de tudo. Porque eu atraio homens assim? ”

Perguntei a ela , se ela já sabia antes de se casar pela segunda vez , que o seu segundo marido em potencial tinha uma personalidade semelhante à de seu primeiro marido.

“Claro que não”, ela disse enfaticamente. “Se eu soubesse que ele era tão frouxo, eu não teria nem conversa com ele. E o mesmo vale para o meu terceiro. ”

Os problemas de Sheila não estavam com os homens com quem ela casou. Isto foi um resultado maquiado pela sua própria personalidade. Ela era uma pessoa muito assertiva, com uma forte necessidade de manter o controle de todas as situações em que ela se encontrava. De certa forma, ela queria um parceiro que fosse submisso e passivo para que ela pudesse desempenhar o seu papel dominante.

Ao mesmo tempo, a sua necessidade mais profunda desejava um parceiro que fosse igual a ela. Seu subconsciente e suas imagens, atraíam para ela o tipo de homem que ela queria subjetivamente, mas quando encontrava um,

ela via que ele não satisfazia às suas necessidades superficiais. Ela teve que aprender a quebrar esse padrão, adotando o processo de oração correto.

COMO ELA QUEBROU O PADRÃO NEGATIVO.

Sheila finalmente aprendeu uma verdade simples. Quando você acredita que você pode ter o tipo de parceiro que você idealizar, *será feito a vós, segundo a vossa fé.*

Para quebrar o velho padrão subconsciente e atrair para si o par ideal, Sheila usou a seguinte oração:

Eu estou construindo em minha mentalidade o tipo de homem que desejo profundamente. O homem que eu quero atrair para mim, é um marido forte, poderoso, amoroso, bem-sucedido, honesto, leal e fiel. Ele vai encontrar o amor e a felicidade comigo. Eu adorarei ir para onde ele me levar.

Eu sei que ele me quer, e eu quero ele. Eu sou honesta, sincera, carinhosa e gentil. Tenho presentes maravilhosos para lhe oferecer. Eles são de boa vontade, um coração alegre e um corpo saudável. Ele me oferece o mesmo. Será mútuo, dar e receber.

A inteligência divina sabe onde está este homem, e a mais profunda sabedoria de minha mente subconsciente agora está nos trazendo ao encontro, com sua própria maneira, e nós nos reconheceremos um ao outro imediatamente. Eu concedo este pedido ao meu subconsciente que sabe como ele será realizado. Dou graças pela resposta perfeita.

Ela rezou assim todos os dias, era seu primeiro compromisso de manhã e o último antes de ir dormir. Ela afirmou estas verdades no conhecimento confiante de que, através da frequente ocupação da mente, ela atingiria o equivalente mental que ela procurava .

A RESPOSTA À SUA ORAÇÃO.

Passaram-se vários meses. Sheila teve vários encontros e compromissos sociais, mas nenhum dos homens que conheceu foi o que ela procurava. Ela começou a se perguntar se sua busca era inútil. Ela começou a se questionar, a desinteressar, a duvidar e vacilar. Neste ponto, ela se lembrou que a inteligência infinita estava trabalhando à sua própria maneira. Não havia nada para se preocupar. Quando ela recebeu a sentença final do seu último processo de divórcio, isto trouxe a ela um grande sentimento de alívio e liberdade mental.

Logo depois, ela conseguiu um novo emprego, como administradora de uma cooperativa médica. O primeiro dia que ela estava no trabalho, um dos médicos diretores veio ao seu escritório para se apresentar. Ele estava fora da cidade em uma conferência médica no dia que ela foi entrevistada para o cargo .

No minuto em que ele entrou, ela sabia que ele era o homem por quem ela tanto rezava. Aparentemente ele sabia disso também. Ele a pediu em casamento em menos de um mês. Seu casamento subsequente foi idealmente feliz. Este médico não era do tipo passivo ou submisso. Ele era forte, confiante e decisivo. Muito respeitado em seu campo, um atleta do antigo ginásio, e ele também era um homem profundamente espiritual.

Sheila conseguiu aquilo pelo que ela rezou, porque ela clamou mentalmente, até que ela chegasse ao ponto de saturação. Em outras palavras, ela ficou mentalmente e emocionalmente unida com a ideia dela, e se tornou parte dela.

DEVO COMEÇAR UM DIVÓRCIO?

O divórcio é uma questão muito individual. Não pode haver uma resposta genérica que é válida para todos. Em alguns casos, é claro, nunca deveria ter havido um casamento em primeiro lugar. Em outros casos, o divórcio não é uma solução. Divórcio pode ser certo para uma pessoa e errado para outra. Uma pessoa que é divorciada pode ser muito mais sincera e nobre do que muitas pessoas casadas que talvez estão vivendo uma mentira.

Por exemplo, eu uma vez foi consultado por uma mulher cujo marido a espancava e a roubava para sustentar-se no seu vício com drogas. Ela tinha sido criada para acreditar que o casamento é sagrado e para sempre, e que, conseqüentemente, o divórcio era imoral. Eu expliquei-lhe que o verdadeiro casamento é de coração. Se dois corações se misturam harmoniosamente, amorosamente, e sinceramente, esse é o casamento ideal. A ação pura do coração é o amor.

Após esta explicação, ela sabia o que fazer. Ela sabia em seu coração que não havia nenhuma lei divina que a compelissem a ser receosa, intimidada e espancada, pelo simples fato de alguém uma vez ter dito, eu os declaro marido e mulher. “

Se você estiver em dúvida quanto ao que fazer, peça orientação. Sei que há sempre uma resposta e que você vai recebê-la. Siga o exemplo que vem de você, no silêncio da sua alma. Ele fala para você , em paz.

ACABANDO EM DIVÓRCIO.

Uma vez falei com um jovem casal que estavam casados há poucos meses, mas já estavam buscando um divórcio. Eu descobri que o jovem tinha um medo constante de que sua esposa poderia deixá-lo. Ele esperava rejeição e acreditava que ela seria infiel a ele. Esses pensamentos assombravam a sua mente e se tornou uma obsessão para ele.

A atitude mental dele era de separação e suspeita. Por sua vez sua esposa não se sentia correspondida por ele, pois este era o resultado do próprio sentimento criado por ele. A atmosfera de separação, atuava através de sua mente subconsciente, era alimentada e agia em conformidade com a condição ou o padrão mental por trás dela. Há uma lei de ação e reação, ou causa e efeito. O pensamento é a ação, e a resposta da mente subconsciente é a reação.

Sua esposa saiu de casa e pediu o divórcio - exatamente o que ele temia e acreditava que ela faria.

O DIVÓRCIO COMEÇA NA MENTE.

O divórcio primeiro ocorre na mente, depois se segue em processos judiciais. Estes dois jovens estavam cheios de raiva, medo, suspeita e ressentimento. Estas atitudes enfraquecem, esgotam e debilitam a todo o ser. Eles aprenderam que o ódio divide e que o amor une. Eles começaram a perceber o que eles faziam com suas mentes. Nenhum deles conhecia a lei de ação mental. Estavam abusando de suas mentes e trazendo o caos e a miséria em si mesmos.

Com minha sugestão, eles se reconciliaram e passaram a experimentar a terapia da oração. Eles começaram a irradiar amor, paz e boa vontade um com o outro. Cada um praticou como irradiar harmonia, saúde, paz e amor para o outro, e eles alternavam na leitura dos Salmos todas as noites. Como resultado deste esforço sincero de suas partes, e com as impregnações de suas mentes subconscientes com impulsos benéficos, o casamento deles foi crescendo mais bonito a cada dia .

A MULHER RECLAMANDO.

Muitas vezes, a razão pela qual uma mulher reclama é porque ela não recebe nenhuma atenção. Seu desejo legítimo por amor e afeto se manifesta em uma maneira que empurra o parceiro dela para mais longe. Dê sua atenção à sua esposa e mostre o seu apreço por ela. Louve e exalte seus muitos pontos positivos.

Um outro tipo de atrito, se reflete em um desejo de fazer o parceiro ficar de acordo com um padrão específico. Existem poucas maneiras tão eficazes quanto esta para afastar um parceiro de você. Esposas e maridos devem se vigiar para não serem banais , procurando sempre pequenos defeitos ou erros uns nos outros. Deixe que cada um dê atenção e elogios para as qualidades construtivas e maravilhosas um do outro.

O MARIDO RECENTIDO.

Se um homem começa a ficar ressentido ou mórbido com sua esposa por causa de coisas que ela disse ou fez, psicologicamente falando, ele está cometendo adultério. Um dos significados de adultério é idolatria, o que significa dar atenção ou unir-se mentalmente com o que é negativo e destrutivo. Quando um homem está se ressentindo silenciosamente com sua esposa e está cheio de hostilidade para com ela, ele está sendo infiel. Ele não está sendo fiel aos seus votos de casamento, que foram lhe dar amor, carinho e honra em todos os dias da sua vida.

O homem que está com pensamentos amargos e ressentidos, pode engolir suas observações afiadas, abater sua raiva e refletir em considerações mais elevadas, sendo atencioso, gentil e cortês. Ele pode habilmente eliminar as diferenças. Através do louvor e atitude mental, ele pode eliminar o seu hábito antagônico. À medida em que ele preencher sua mente subconsciente com pensamentos de paz, harmonia e amor, ele vai se sentir melhor , não só com sua esposa, mas com todos em sua vida. Assuma esse estado harmonioso, e eventualmente você encontrará paz e harmonia.

O GRANDE ERRO.

É um grande erro discutir seus problemas conjugais ou dificuldades com os vizinhos e parentes. Suponha, por exemplo, uma mulher que diz a uma vizinha, “John trata minha mãe grosseiramente, bebe em excesso e constantemente é abusivo e ignorante. ”

Esta mulher está degradando e menosprezando seu marido aos olhos de todos com quem ela fala dele. Além disso, quanto mais ela comenta e relembra sobre as deficiências do marido, mais ela recria esses estados dentro de si mesma. Afinal quem está pensando e sentindo isso? Somente ela! E da forma como você pensa e sente, então assim você é .

Parentes quase sempre lhe darão o Conselho errado. Geralmente são tendenciosos e preconceituosos porque não tomam uma postura impessoal. Qualquer conselho que você receba que possa violar a regra de ouro, que é uma lei cósmica, não será de bom tom .

É bom lembrar que nunca existiu dois seres humanos que viveram sob o mesmo teto sem crises de temperamento, períodos de dor e estresse. Nunca exiba o lado infeliz de seu casamento para seus amigos. Fique com suas brigas. Abstenha-se de criticar e condenar seu parceiro.

NÃO TENTE MUDAR SEU PARCEIRO.

Maridos e esposas não devem tentar mudar seus parceiros para uma nova versão de si mesmos. A falta de tato na tentativa de mudá-los é uma afronta, uma instrução de que eles não são dignos por si mesmos. Estas tentativas são sempre tolas e muitas vezes levam à destruição do casamento. Tentar alterar alguém destrói o orgulho e a autoestima do outro e desperta o espírito de contrariedade e ressentimento que pode ser fatal para o vínculo matrimonial.

Ajustes são necessários, é claro. Ninguém é perfeito, o mesmo vale para os cônjuges também. Mas se você der uma boa olhada na sua mente e estudar seu caráter e comportamento, você vai encontrar falhas o suficiente para mantê-lo ocupado pelo resto da sua vida. Se você pensa, “vou mudar ele ou ela da maneira que eu quero”, você está procurando problemas e audiências no tribunal de divórcio. Você está pedindo por adversidades. Você terá que aprender da pior maneira que não há ninguém a mudar além de você mesmo.

ORAÇÃO EM ETAPAS PARA REZAR E FICAR JUNTOS.

O primeiro passo: nunca descarregar de um dia para outro , irritações acumuladas resultantes de pequenas decepções. Não se esqueça de se perdoarem uns aos outros por alguma aspereza, antes de se deitar à noite. No momento em que você acordar de manhã, afirme que a inteligência infinita irá guiá-los em todos os seus caminhos. Envie pensamentos de paz, harmonia e amor para seu parceiro de casamento, para todos os membros da família e para todo o mundo.

O segundo passo: a oração no café da manhã. Dê graças pela comida maravilhosa, por sua abundância e por todas as bênçãos. Certifique-se de impedir que os problemas, preocupações ou contratemplos entrem na conversa sob a mesa , o mesmo se aplica à hora do jantar. Diga para sua esposa ou marido: agradeço tudo o que você está fazendo, e irradie amor e boa vontade para você o dia todo”.

O terceiro passo: O marido e a esposa devem alternar em rezar a cada noite. Não deixe essa etapa apenas para seu parceiro de casamento. Mostre o seu apreço e amor. Pense com admiração e boa vontade, ao invés de

condenação, crítica e irritação. A maneira de construir um lar tranquilo e um casamento feliz é usar os fundamentos do amor, beleza, harmonia, respeito mútuo, fé em Deus e todas as coisas boas. Leia os Salmos 23, 27 e 91, o capítulo 11 de Hebreus, e capítulo 13 de I Coríntios e outros grandes textos da Bíblia antes de dormir. Enquanto você praticar estas verdades, seu casamento vai crescer cada vez mais abençoado através dos anos.

REVEJA SUAS AÇÕES.

- A ignorância das leis mentais e espirituais é a causa de toda infelicidade conjugal. Orando cientificamente, juntos, vocês ficam juntos.
- A melhor época para evitar o divórcio é antes do casamento. Se você aprender a rezar da maneira correta, você vai atrair o parceiro certo para você.
- O casamento é a União de um homem e uma mulher que estão ligadas pelo amor. Seus corações batem como um, e ele se move para a frente, para cima e para Deus .
- Casamento não é garantia de felicidade. Pessoas encontram felicidade por habitar nas verdades eternas de Deus e nos valores espirituais da vida. Só então, o homem e a mulher poderão contribuir para a felicidade e alegria um do outro.
- Você atrai a companhia certa ao edificar as qualidades e características que você admira em uma mulher ou um homem. Então sua mente subconsciente irá reunir vocês na ordem divina.
- Você deve construir em sua mentalidade o equivalente mental do que você quer em um parceiro de casamento. Se você quer atrair um parceiro honesto, sincero e carinhoso na vida, você deve ser honesto, sincero e amoroso com você mesmo.
- Você não tem que repetir os erros no casamento. Quando você realmente acredita que você pode ter o tipo de homem ou mulher que você idealizar, será feito a vós conforme se crê. Crer é aceitar algo como verdadeiro. Aceite agora, mentalmente, o seu companheiro ideal .
- Não pense como, porque, ou onde você vai encontrar o companheiro pelo qual você tem rezado. Confie totalmente na sabedoria de sua mente subconsciente. Ela tem total poder para realizar sua missão. Não tente “ajudá-la” .
- Você está mentalmente divorciado quando você se submerge em ódios, ressentimentos, má vontade e hostilidade para com o seu parceiro de casamento. Você está mentalmente coabitando com o erro em sua mente.

Refaça os seus votos de casamento, prometo amar, respeitar e honrar a ele (ou ela) todos os dias da minha vida. “

- Pare de projetar padrões de medo em relação ao seu parceiro de casamento. Projete amor, paz, harmonia e boa vontade e seu casamento vai crescer mais belo e mais maravilhoso através dos anos.
- Irradie o amor, paz e boa vontade um para o outro. Estas vibrações são captadas pela mente subconsciente resultando em confiança mútua, carinho e respeito .
- Um parceiro que reclama, geralmente procura atenção e apreço. Ele ou ela está com desejo de amor e carinho. Louve e exalte seus muitos pontos positivos. Mostre que você o ama e o aprecia.
- Parceiros que se amam não fazem nada sem amor ou delicadeza nas palavras, maneiras ou atitudes. O amor , é o que o amor faz.
- Em problemas conjugais, sempre procure aconselhamento especializado. Você não iria procurar um carpinteiro para extrair um dente. Nem você deve discutir seus problemas de casamento com parentes ou amigos. Se você precisar de um conselho, procure uma pessoa treinada no assunto .
- Nunca tente mudar sua esposa ou marido. Estas tentativas são sempre tolas e tendem a destruir o orgulho e a autoestima do outro. Além disso, eles despertam o espírito de ressentimento que pode ser fatal para o vínculo matrimonial. Pare de tentar fazer o outro uma segunda edição de si mesmo.
- Rezem juntos e vocês ficarão juntos. A oração científica resolve todos os problemas. Mentalmente, imagine sua esposa como ela deve ser, alegre, feliz, saudável e bonita. Veja seu marido como ele deve ser, forte, poderoso, amoroso, harmonioso e gentil. Mantenha esta imagem mental, e você experimentará o casamento feito no paraíso, com paz e harmonia.

CAPÍTULO 15 - SEU SUBCONSCIENTE E A FELICIDADE.

William James, pai da psicologia americana, disse que a maior descoberta do século dezanove não estava no reino da ciência física. A maior descoberta foi o poder do subconsciente tocado pela fé. Em cada ser humano existe um reservatório ilimitado de energia que pode superar qualquer problema do mundo.

A felicidade verdadeira e duradoura chegará em sua vida no dia em que você obter a percepção clara de que você pode superar qualquer fraqueza - o dia que você perceber que o seu subconsciente pode resolver seus problemas, curar seu corpo e fazer você prosperar além de seu melhor sonho.

Você pode ter ficado muito feliz, quando você conheceu a mulher ou o homem de seus sonhos. Você pode ter se sentido feliz quando você se formou na faculdade, quando se casou, quando seu filho nasceu, ou quando você obteve uma grande vitória ou conquista. Você poderia continuar a listar várias outras experiências que o fizeram feliz. No entanto, não importa o quão maravilhosas tenham sido essas experiências, elas não podem proporcionar felicidade verdadeira e duradoura. Elas são transitórias.

O livro de provérbios dá a resposta: *Todo aquele que confia no Senhor, é feliz.* Quando você confiar no Senhor (o poder e sabedoria de sua mente subconsciente) para conduzir, guiar, governar e direcionar todos os seus caminhos, você vai ficar relaxado, sereno e equilibrado. Enquanto você irradia amor, paz e boa vontade a todos, você estará realmente construindo uma superestrutura de felicidade para todos os dias da sua vida.

VOCÊ DEVE ESCOLHER A FELICIDADE.

A felicidade é um estado de espírito. Há uma frase na Bíblia que diz: *escolha neste dia a quem irá servir.* Você tem a liberdade de escolher a felicidade. Isto pode parecer extremamente simples, e na verdade é. Talvez seja por isso que tantas pessoas tropeçam no caminho para a felicidade. Elas não veem a simplicidade da chave para a felicidade. As grandes coisas da vida são simples, dinâmicas e criativas. Elas produzem bem-estar e felicidade.

São Paulo revela como você pode pensar para seguir no caminho de uma vida dinâmica e feliz, nestas palavras:

Finalmente, irmãos, tudo o que for verdadeiro, tudo o que for respeitável,

tudo o que for justo, tudo o que for puro, tudo o que for amável, tudo o que for de boa fama, se alguma virtude há e se algum louvor existe, que seja isso que ocupe o vosso pensamento. (Filipenses 4, versículo 8).

COMO ESCOLHER A FELICIDADE.

Comece agora a escolher a felicidade. Esta é uma maneira de como fazer isso: quando você abre os olhos de manhã, diga a si mesmo:

A divina ordem toma conta da minha vida hoje e a cada dia. Todas as coisas cooperam para o meu bem hoje. Este é um dia novo e maravilhoso para mim. Nunca haverá outro dia como este. Sou divinamente guiado o dia todo, e o que eu fizer vai prosperar. O amor divino me cerca e me envolve, e eu sigo adiante, em paz.

Sempre que minha atenção se desviar do que é bom e construtivo, eu vou imediatamente trazê-la para a contemplação do que é amável e de boa reputação. Sou um imã mental e espiritual, atraindo para mim todas as coisas que me abençoam e me fazem prosperar. Eu vou ser um sucesso maravilhoso em todos os meus compromissos de hoje. Definitivamente vou ser feliz o dia todo.

Comece cada dia dessa maneira. Assim você estará escolhendo a felicidade, e você será uma pessoa radiante e alegre.

ELE FEZ DA FELICIDADE UM HÁBITO.

Alguns anos atrás, fiquei por cerca de uma semana na casa de um fazendeiro na costa oeste da Irlanda. Meu anfitrião parecia estar sempre cantarolando e assobiando e cheio de bom humor. Perguntei-lhe se ele poderia me dizer qual era o segredo de sua felicidade.

“Claro, é um hábito para mim, ” ele respondeu. “Todas as manhãs quando eu acordo e todas as noites antes de dormir, eu abençoo minha família, as colheitas, o gado e dou graças a Deus pela colheita maravilhosa. ” Este fazendeiro tinha feito disto uma prática há mais de quarenta anos. Como você sabe, pensamentos repetidos regularmente e aprofundam sistematicamente na mente subconsciente e se tornam habituais. Ele descobriu que a felicidade é um hábito.

VOCÊ DEVE DESEJAR SER FELIZ.

Há um ponto importante a lembrar sobre ser feliz. Você deve, sinceramente, desejar ser feliz. Há pessoas que estão deprimidas, desanimadas e infelizes, a tanto tempo, que se elas de repente ficassem

felizes por alguma notícia boa, maravilhosa e alegre, elas reagiriam como uma mulher me disse uma vez, “é errado ficar tão feliz! ” Essas pessoas estão tão acostumadas com os seus velhos padrões mentais que elas não se sentem à vontade com a felicidade. Pois elas logo retornariam ao seu familiar estado, deprimido e infeliz.

Eu conheci uma idosa na Inglaterra que tinha artrite há muitos anos. Ela costumava apalpar o seu joelho e dizer, “Minha artrite está ruim hoje. Não posso ir lá fora. Minha artrite me coloca em desgraça. ” Como resultado de sua condição, essa mulher recebia muita atenção do seu filho, filha e vizinhos. Ela queria muito a sua artrite. Ela gostava de sua “desgraça”, como ela a chamava. No nível de sua mente subconsciente, ela não queria ser feliz.

Eu sugeri um procedimento curativo para ela. Eu escrevi alguns versos bíblicos e disse-lhe que, se ela desse sua atenção a estas verdades, sua atitude mental, sem dúvida, iria mudar. A saúde seria restaurada pela sua fé e confiança. Ela não ficou interessada. Como muitas pessoas, ela sofria de um traço mental mórbido e peculiar. Ela gostava de ser miserável e triste, ou pelo menos ela gostava dos benefícios que seu sofrimento trouxe a ela .

POR QUE ESCOLHER A INFELICIDADE?

Muitas pessoas escolhem a infelicidade sem perceber que elas estão fazendo isso. Elas acabam por fazê-lo por se entreterem com ideias como estas:

- Hoje a coisa está preta. Está tudo dando errado. Não vou me dar bem assim.
- Todos estão contra mim.
- Os negócios estão ruins, e ainda deve piorar mais.
- Estou sempre atrasado.
- Eu nunca consigo uma boa folga .
- Ele pode, mas eu não posso.

Se você tiver esta atitude mental logo de manhã, você atrairá todas essas experiências para você, e você será muito infeliz.

Comece a perceber que o mundo em que você vive é determinado em grande parte pelo que se passa em sua mente. Marcus Aurelius, o grande sábio e filósofo romano, disse, “*A vida de um homem é o que os pensamentos dele fazem dela*”. O líder filosófico americano do século

dezenove, Ralph Waldo Emerson, disse, “*Um homem é o que ele pensa que é.*” Os pensamentos que você habitualmente entretém em sua mente tem a tendência de realizar-se em condições físicas.

Certifique-se de não se deixar levar por pensamentos negativos, pensamentos de derrota ou pensamentos desagradáveis e deprimentes. Lembre-se frequentemente que a sua mente não pode experimentar nada que esteja fora de sua própria mentalidade.

SE EU TIVESSE 1 MILHÃO DE DÓLARES, AÍ SIM, EU SERIA FELIZ.

Riqueza por si só não fará você feliz. Por outro lado, não é um impedimento para a felicidade. Hoje, muitas pessoas tentam comprar a felicidade consumindo coisas - uma TV de alta definição, o carro do ano, roupas caras de grifes, uma casa de campo e muito mais. Mas a felicidade não pode ser comprada ou adquirida dessa forma.

O reino da felicidade está em seu pensamento e em seus sentimentos. Muitas pessoas têm a ideia de que é preciso algo artificial para produzir a felicidade. Alguns dizem, “Se eu fosse eleito prefeito, se fosse promovido à diretor da corporação, se eu fosse destaque na capa de uma revista, eu ficaria feliz.”

A verdade é que a felicidade é um estado mental e espiritual. Uma promoção ou honra externa não trará felicidade. Sua força, alegria e felicidade consistem em descobrir a lei da ordem divina e ação correta, que está em sua mente subconsciente, e aplicar estes princípios em todas as fases da sua vida.

ELE ENCONTROU A FELICIDADE AO CULTIVAR UMA MENTE TRANQUILA.

Quando eu estava palestrando em São Francisco há alguns anos, fui abordado por um homem que estava muito triste e abatido devido a forma como o negócio dele estava indo. Ele era o diretor geral de uma corporação. Seu coração estava cheio de ressentimento para com o vice-presidente e o Presidente da empresa. Ele sentiu que a oposição deles às suas ideias estava levando a companhia em uma terrível direção. Os lucros estavam em declínio, com o aumento da concorrência. O preço das ações da empresa caiu pela metade e estavam indo para o buraco, o que se refletiu diretamente sobre ele, porque grande parte do seu salário era pago sobre a forma de participação nas ações.

Assim foi como ele resolveu seu problema de negócios: A primeira coisa que fazia todas as manhãs era afirmar calmamente o que se segue:

Todos aqueles que trabalham em nossa empresa são honestos, sinceros, cooperativos, fiéis e cheios de boa vontade a todos. Eles são elos mentais e espirituais na corrente de crescimento, bem-estar e prosperidade desta corporação. Eu irradio amor, paz e boa vontade em meus pensamentos, palavras e atos para os meus dois sócios e a todos na empresa.

O Presidente e o vice-presidente de nossa companhia são divinamente guiados em todos os seus compromissos. A inteligência infinita da minha mente subconsciente toma todas as decisões através de mim. Só há ação correta em todas as nossas transações de negócios e na nossa relação com o outro.

Eu mando mensagens de paz, amor e boa vontade através de mim para o escritório. Paz e harmonia reinam nas mentes e corações de todos na empresa, inclusive em mim. Eu agora adentro em um novo dia, cheio de fé e confiança.

Este executivo de negócios repetia esta prece e meditação lentamente três vezes durante a manhã, sentindo a verdade sobre o que ele afirmava.

Quando pensamentos de medo ou raiva vinham em sua mente durante o dia, ele dizia a si mesmo, “A paz, harmonia e equilíbrio governam minha mente em todos os momentos. ”

À medida em que ele continuou disciplinando sua mente desta forma, todos os pensamentos nocivos deixaram de vir, e a paz veio à sua mente. Assim ele colheu os frutos .

Posteriormente, ele escreveu-me a respeito do que aconteceu duas semanas depois de seu condicionamento mental. O Presidente e o vice-presidente lhe chamaram em seus escritórios, para elogiar suas operações e suas novas ideias construtivas, e observaram, que era uma sorte em tê-lo como diretor geral. Ele ficou muito feliz em descobrir que o homem encontra a felicidade dentro de si mesmo.

O BLOQUEIO OU OBSTÁCULO NÃO ESTAVA REALMENTE LÁ.

Anos atrás um amigo me contou uma estória. Tratava-se de um cavalo que uma vez foi picado por uma cobra ao passar bem próximo de um tronco de árvore caído sobre parte da estrada. A partir daí, cada vez que o cavalo passava ao lado daquele tronco, ele recuava. O fazendeiro cortou o tronco em pedaços e os queimou, desobstruindo todo o caminho. Não ajudou. Anos se passaram e toda vez que o cavalo passava no lugar onde o tronco

tinha caído, ele recuava. O cavalo estava recuando apenas pela lembrança de um tronco.

Não há nenhum bloqueio, para sua felicidade duradoura, em seus pensamentos e imagens mentais da vida. O medo ou a preocupação estão te puxando para trás? O medo é um pensamento em sua mente. Você pode arrancá-lo de sua mente neste momento e suplantá-lo com a fé no sucesso, na conquista e na vitória sobre todos os problemas.

Eu conheci um homem cujo negócio faliu. Ele me disse, “Eu cometi erros, mas eu aprendi muito com eles. Vou voltar no negócio, e será um tremendo sucesso.” Ele removeu o tronco em sua mente. Ele não mais se queixava ou reclamava. Em vez disso, ele arrancou o tronco do fracasso. Através da crença no seu poder interior para apoiá-lo, ele baniu todos os pensamentos de medo e suas velhas depressões. Acredite em si mesmo, e você vai ter sucesso e ser feliz.

AS PESSOAS MAIS FELIZES.

A pessoa mais feliz é aquela que constantemente faz brotar e pratica o que há de melhor em si mesmo. A felicidade e a virtude se complementam. Não só os melhores são os mais felizes, mas geralmente os mais felizes são os melhores na arte de viver a vida com êxito. Deus é o maior e o melhor em você. Expresse mais do amor, da luz, da verdade e da beleza de Deus e você vai se tornar uma das pessoas mais felizes do mundo , hoje.

Epíteto, filósofo estoico grego, disse.

Há apenas uma maneira para a tranquilidade de espírito e a felicidade. Deixe isto, portanto, estar sempre apostado contigo, sempre quando tu acordares cedo de manhã e o dia todo, e quando fores tarde a dormir, não dê conta a nenhuma das coisas externas de teu ser, mas confie todas estas a Deus.

RESUMO DOS PASSOS PARA A FELICIDADE.

- William James disse que a maior descoberta do século dezenove foi o poder da mente subconsciente tocada pela fé.
- Há um poder tremendo dentro de você. A felicidade virá para você quando você adquirir uma confiança sublime neste poder. Então você fará seus sonhos se tornarem realidade.
- Você pode levantar-se vitorioso sobre qualquer derrota, e ainda realizar os desejos queridos de seu coração através do maravilhoso poder de sua mente subconsciente. Este é o significado de *todo aquele que confia no*

Senhor (leis espirituais da mente subconsciente), *ele é feliz.*

- Você deve escolher a felicidade. A felicidade é um hábito. Este é um bom hábito no qual devemos nos ponderar muitas vezes.

Finalmente, irmãos, tudo o que for verdadeiro, tudo o que for respeitável, tudo o que for justo, tudo o que for puro, tudo o que for amável, tudo o que for de boa fama, se alguma virtude há e se algum louvor existe, que seja isso que ocupe o vosso pensamento. (Filipenses 4, versículo 8).

- Quando abrir os olhos pela manhã, diga a si mesmo, “Hoje eu escolho a felicidade. Hoje eu escolho o sucesso. Hoje eu escolho a ação correta. Hoje eu escolho o amor e boa vontade para todos. Hoje eu escolho a paz.” Despeje vida, amor e interesse nesta afirmação, e você escolheu a felicidade.

- Dê graças por todas as suas bênçãos várias vezes ao dia. Além disso, reze pela paz, felicidade e prosperidade dos membros da sua família, seus sócios e a todas as pessoas em todos os lugares.

- Você deve sinceramente desejar ser feliz. Nada é realizado sem desejo. Desejo é uma vontade com as asas da imaginação e da fé. Imagine a realização do seu desejo, sinta sua realidade e isso vai acontecer. A felicidade vem na oração atendida.

- Pelo constante convívio com pensamentos de medo, preocupação, raiva, ódio e falha, você vai se tornar deprimido e infeliz. Lembre-se, que a sua vida é o que os seus pensamentos fazem dela .

- Você não pode comprar a felicidade, nem com todo o dinheiro do mundo. Alguns milionários são felizes, alguns são infelizes. Muitas pessoas com pouca riqueza mundana estão felizes, e algumas são infelizes. Algumas pessoas casadas são felizes e algumas infelizes. Algumas pessoas solteiras estão felizes, e algumas são infelizes. O reino da felicidade está em seu pensamento e sentimento.

- Felicidade é a colheita de uma mente tranquila. Ancore seus pensamentos sobre a paz, equilíbrio, segurança e orientação divina, e sua mente será produto da felicidade.

- Não há nenhum bloqueio para sua felicidade. Coisas externas não são causas. Elas são efeitos. Somente aceite os conselhos do princípio criativo dentro de você. Seu pensamento é a causa, e uma nova causa produz um novo efeito. Escolha a felicidade.

- A pessoa mais feliz é aquela que traz o maior e o melhor de si mesmo: Deus é o seu maior e o seu melhor, pois o Reino de Deus está contigo .

CAPÍTULO 16 - SEU SUBCONSCIENTE E A HARMONIA NAS RELAÇÕES HUMANAS.

Um conceito vital que você aprendeu ao estudar este livro é que seu subconsciente é como uma máquina de gravação que reproduz fielmente o que quer que você impressione sobre ele. Esta é uma das razões para que a Regra de Ouro seja tão importante para criar e manter um equilíbrio harmonioso em suas relações com os outros.

Tudo o que quereis que os homens vos façam, fazei vós a eles. Esta é a lei dos profetas (Mateus 7, versículo 12).

Esta lição tem significados interiores e exteriores. O significado interior diz respeito a conexão entre sua mente consciente e subconsciente.

Parafraseando as Escrituras:

- Da maneira que você quer que as pessoas pensem a seu respeito, pense você sobre elas da mesma maneira.
- Da maneira que você quer que as pessoas sintam a seu respeito, sinta você sobre elas da mesma maneira.
- Da maneira que você quer que as pessoas ajam na sua direção, aja você em direção a elas da mesma maneira.

Por exemplo, você pode ser educado e cortês com alguém em seu escritório, mas quando ele vira as costas, você é muito crítico e ressentido em direção a ele em sua mente. Tais pensamentos negativos são altamente destrutivos para você. É como tomar veneno. A energia negativa que você está gerando rouba sua vitalidade, entusiasmo, força, orientação e boa vontade. À medida em que esses pensamentos negativos e emoções se afundam no seu subconsciente, eles causam todos os tipos de dificuldades e males na sua vida.

A CHAVE MESTRA PARA O RELACIONAMENTO FELIZ COM OS OUTROS.

Não julgueis, para que não sejais julgados; pois do mesmo modo que julgardes, vos julgarão, e com a medida com que tiverdes medido, vos medirão também. (Mateus 7, versículos 1 e 2).

A chave para as relações harmoniosas com os outros reside no estudo minucioso destes versos e da aplicação das verdades interiores que eles representam. Para julgar e chegar a um veredicto mental ou conclusão em sua mente, é preciso pensar. A imagem ou ideia que você tem a respeito da outra pessoa nada mais é que o seu pensamento, porque é você quem está

pensando (julgando) isso. Seus pensamentos são criativos. Portanto, você realmente cria sua própria experiência com o que você pensa e sente sobre a outra pessoa.

A sugestão que você dá a outro, você dá a si mesmo da mesma maneira, porque sua mente é a forma criativa. É por isso que se diz: *do mesmo modo que julgardes, vos julgarão*. Isto significa que, na aplicação das normas e critérios para os outros, você cria esses padrões e critérios em seu subconsciente, que, em seguida, os aplica para você. Depois de conhecer esta lei e compreender a forma como o seu subconsciente funciona, você vai sempre ter o cuidado de pensar, sentir e agir direito em relação aos outros, para fazer isso você deve criar uma situação de ação correta de sentimento e pensamento em direção a si mesmo.

E com a medida com que tiverdes medido, vos medirão também. O bem que você faz para os outros, volta para você na mesma medida; e o mal que você faz retorna para você pela lei da sua própria mente. Se alguém trapaceia e engana ao outro, está trapaceando e enganando a si mesmo. Seu sentimento de culpa e perda de humor inevitavelmente atrairão perda para ele de alguma forma, em algum momento. Seu subconsciente registra seu ato mental e reage de acordo com a intenção mental ou sua motivação.

Sua mente subconsciente é impessoal e imutável, não considera pessoas nem respeita filiações religiosas ou instituições de qualquer tipo. Não é piedosa e nem vingativa. A maneira de pensar, sentir e agir em relação aos outros retorna finalmente sobre você mesmo.

AS MANCHETES DIÁRIAS O DEIXAVAM DOENTE.

Comece agora a observar a si mesmo. Observe as suas reações às pessoas, condições e circunstâncias. Anote-as em um caderno para estudá-las depois. Como você reage aos eventos e notícias do dia? Não importa se ela atingir todas as outras pessoas que estiverem erradas e só você estiver certo. Se a notícia te perturba, ela será ruim para você porque suas emoções negativas vão roubar sua paz e harmonia.

Uma mulher me escreveu para pedir ajuda com o marido. Ela explicou que ele ficava com raiva cada vez que ele lia o que certos colonistas escreviam nos jornais. Ela acrescentou que essa reação constante de raiva e fúria reprimida por parte dele era muito ruim para sua pressão alta. O médico dele tinha dito para ele encontrar uma maneira de reduzir o seu estresse através de um condicionamento emocional.

Convidei a este homem para vir me ver. Expliquei-lhe a forma de

funcionamento da mente. Ele entendeu que ele estava sendo emocionalmente imaturo ao ficar irritado por causa de um artigo no jornal, mas ele não tinha percebido o dano que a raiva dele estava causando ao seu próprio corpo e mente.

Ele começou a perceber que ele deveria dar ao colunista a liberdade de expressar-se, mesmo se ele discordasse com ele politicamente, religiosamente ou de qualquer outra forma. Da mesma forma, a colunista deveria lhe dar a liberdade de escrever uma carta ao jornal discordando com suas declarações publicadas. Ele aprendeu que ele poderia discordar sem ser desagradável. Ele despertou para a verdade de que nunca é o que alguma outra pessoa diz ou faz, que o afeta. Pelo contrário, é sua própria reação ao que é dito ou feito que importa.

Esta explicação ajudou este homem alcançar uma cura. Ele percebeu que, com um pouco de prática, ele poderia dominar suas birras da manhã. Sua esposa mais tarde disse-me que ele até aprendeu a rir de algumas das coisas que os colunistas tinham escrito e ele discordava. Ele também aprendeu a rir de si mesmo pelo antigo costume de reagir tão fortemente. Os artigos de jornal já não têm o poder de perturbar, angustiar e irritá-lo. A hipertensão está mais sob controle, como resultado de seu maior equilíbrio emocional e serenidade.

EU ODEIO AS MULHERES, MAS GOSTO DOS HOMENS.

Cynthia era uma secretária executiva, de uma grande corporação. Ela me procurou porque se sentia muito amarga em relação a algumas das mulheres em seu escritório. Ela acreditava que elas estavam fofocando e, como ela disse, espalhando mentiras cruéis sobre ela. Quando perguntei, ela admitiu que ela teve muitos problemas em seus relacionamentos com outras mulheres. Ela disse, eu odeio as mulheres, mas gosto dos homens. ”

Conforme eu continuei a falar com ela, eu descobri que Cynthia se dirigia às pessoas supervisionadas por ela com um tom de voz muito altivo, imperioso e irritante. Havia uma certa pompa em seu modo de falar, e eu pude ver que seu tom de voz desagradável afetava a algumas pessoas. Ela não percebia isso. Para ela, o fato importante era que suas colegas de trabalho tinham prazer em tornar as coisas difíceis para ela.

Se todas as pessoas em seu escritório ou fábrica o irritam, não é possível que este aborrecimento e a agitação, podem ser devido a algum padrão subconsciente ou projeção mental que está vindo de você? Todos sabemos que um cão vai reagir ferozmente se você odiar ou tiver medo de cães. Animais captam vibrações em seus subconscientes e reagem em

conformidade. É tão ultrajante aceitar que, os seres humanos são tão sensíveis como cães, gatos e outros animais a este respeito?

A esta mulher que odiava mulheres, eu sugeri um processo de oração. Expliquei-lhe que quando ela comece a se identificar com os valores espirituais e começasse a afirmar as verdades da vida, o ódio das mulheres iria desaparecer completamente, junto com os padrões vocais e maneirismos que transmitiam seu ódio aos outros. Ela ficou surpresa ao saber que nossas emoções podem ser transmitidas através da fala, gestos, escrita e em todos os aspectos de nossa vida.

Como resultado de nossa conversa, Cynthia parou de se comportar com sua forma típica, ressentida e zangada. Ela estabeleceu um padrão de oração que ela praticava regularmente, sistematicamente, e conscientemente no escritório.

Esta foi a oração que ela usou com tal sucesso:

Penso, falo e ajo amorosamente, calmamente e em paz. Eu agora irradio amor, paz, tolerância e bondade a todos aqueles que me criticaram e falam sobre mim. Eu apoio meus pensamentos sobre a paz, harmonia e boa vontade para todos.

Sempre que estou prestes a reagir negativamente, digo firmemente para mim, “Eu penso, falo e ajo do ponto de vista do princípio da harmonia, saúde e paz dentro de mim. ”

A inteligência criativa guia, governa e me orienta em todos os meus caminhos.

A prática desta oração transformou a vida dela. Ela sentiu que a atmosfera de crítica e aborrecimento em seu local de trabalho gradualmente desapareceu. Suas colegas de trabalho se tornaram amigas e companheiras na jornada da vida. Ela descobriu a verdade, que não temos ninguém para culpar, nem ninguém para mudar, além de nós mesmos.

SEU DISCURSO INTERNO PROCRASTINOU A SUA PROMOÇÃO.

Um dia, Jim, um representante de vendas, veio falar comigo. Ele estava profundamente perturbado pelas dificuldades que ele tinha com o gerente de vendas da empresa em que trabalhava. Jim estava na empresa a dez anos, sem receber qualquer promoção ou reconhecimento de qualquer tipo. Ele me mostrou seus números de vendas. Eu pude facilmente ver que eles eram proporcionalmente superiores aos de outros representantes de vendas da região. Sua explicação foi que o gerente de vendas não gostava dele.

Ele alegou que ele era tratado injustamente. Em conferências, o gerente ridicularizava suas sugestões e às vezes era ativamente rude com ele.

Depois de discutir sua situação mais detalhadamente, sugeri a Jim que a causa estava em grande parte dentro dele mesmo. Seu conceito e crença sobre seu chefe, justificavam a reação do mesmo . *E com a medida com que tiverdes medido, vos medirão também.* Jim estava medindo mentalmente o gerente de vendas como sendo cruel, preconceituoso e rabugento. Jim estava cheio de amargura e hostilidade contra o gerente. À medida em que trabalhava, ele conduzia uma vigorosa conversa consigo mesmo cheio de críticas, argumentos mentais, recriminações e denúncias contra seu gerente de vendas.

O que Jim expressava mentalmente, ele inevitavelmente recebia de volta. No final da nossa conversa, Jim percebeu que seu discurso interior era altamente destrutivo. A intensidade e a força de seus pensamentos silenciosos e suas emoções, a condenação mental e descrédito dados ao gerente de vendas que ele ensaiava, entrava em sua mente subconsciente. Isto voltava na reciprocidade negativa do seu chefe, bem como a criação de outros distúrbios pessoais, físicos e emocionais.

Com minha insistência, Jim começou a rezar com frequência da seguinte maneira:

Eu sou o único pensador no meu universo. Eu sou responsável pelo que eu penso sobre meu chefe. Meu gerente de vendas não é responsável pela forma como eu penso nele. Eu me recuso a dar poder a qualquer pessoa, lugar ou coisa, nem para me irritar e nem para me perturbar. Eu desejo saúde, sucesso, paz de espírito e felicidade para meu chefe. Eu sinceramente desejo-lhe bem, e sei que ele é divinamente guiado em todos os seus caminhos.

Ele repetiu esta oração em voz alta, lentamente, em silêncio, e sensivelmente, sabendo que sua mente é como um jardim, e que tudo o que ele planta no jardim virá adiante segundo as sementes de suas espécies .

Eu também disse a ele para praticar a visualização de imagens mentais antes de dormir. Ele criou um cenário em que seu superior lhe dava os parabéns por seu excelente trabalho, o elogiava por seu zelo e entusiasmo e comentava sobre as maravilhosas avaliações que recebia dos clientes. Ele sentiu a realidade de tudo isso. Ele sentiu o aperto de mão do chefe dele, ouviu o tom de voz dele e o viu sorrindo. Ele fez um filme mental, dramatizando-o de sua melhor forma. Noite após noite ele repetia este filme mental, sabendo que seu subconsciente era o meio receptivo em que sua imaginação consciente seria impressa .

Gradualmente, por um processo que podemos chamar de osmose mental e espiritual, a impressão foi feita em sua mente subconsciente. A expressão automaticamente veio adiante. O gerente de vendas de Jim posteriormente o chamou a São Francisco, felicitou-o e deu-lhe uma promoção para gerente de vendas da divisão, com grande aumento de responsabilidades e um substancial aumento de salário. Uma vez que Jim mudou seu conceito e estimativa sobre seu chefe, sua mente subconsciente fez com que seu chefe respondesse em conformidade.

TORNANDO-SE EMOCIONALMENTE MADURO.

O que alguém diz não pode realmente perturbar ou irritá-lo, a menos que você permita que isso o incomode. O único meio pelo qual uma outra pessoa pode aborrecê-lo é através de seu próprio pensamento. Para você ficar com raiva, você tem que passar por quatro estágios em sua mente. Você começa pensando sobre o que foi dito. Você decide ficar com raiva e gera um sentimento de raiva. Então você decide agir. Talvez falando e reagindo da mesma forma. Como você pode ver, o pensamento, emoção, reação e ação, todos habitam em sua própria mente.

O que significa ser emocionalmente maduro? Significa que você toma suas atitudes sem se deixar levar pela tendência natural, sem ser infantil, sem reagir negativamente a crítica e nem manter ressentimento para com os outros. Ninguém gosta de ser criticado ou menosprezado. No entanto, nós temos a habilidade de escolher como reagir quando isso acontece. A escolha madura é abster-se de responder da mesma forma negativa. Responder à altura, significa a descer ao nível do menosprezo e da crítica e vincular-se com a atmosfera negativa do outro. Identifique-se com seu próprio objetivo na vida. Não permita que qualquer pessoa, lugar ou coisa possa desviar você do seu sentimento interior de paz, tranquilidade e saúde radiante.

O SIGNIFICADO DO AMOR NAS RELAÇÕES HUMANAS HARMONIOSAS.

Sigmund Freud, o fundador da psicanálise e uma das figuras mais importantes na história da psicologia, disse que a menos que a personalidade tenha amor, ela adocece e morre. O amor inclui a compreensão, boa vontade e respeito para a divindade em outra pessoa. Quanto mais amor e boa vontade você emana e irradia, mais volta para você.

Se você atingir o ego de uma pessoa e ferir a estimativa dela de si mesma,

você não poderá ganhar a sua boa vontade. Reconheça que todo mundo quer ser amado e apreciado. Todo mundo precisa se sentir importante no mundo. Perceba que a outra pessoa é consciente de seu verdadeiro valor. Como você, ela sente a dignidade de ser uma expressão de um princípio de vida animado em todas as pessoas. Conforme você fizer isso conscientemente e intencionalmente, você estimula a outra pessoa, e ela irá retornar seu amor e boa vontade.

ELA ODIAVA SEU PÚBLICO.

Marie sempre sonhou em ser atriz. Ela estudou teatro na faculdade e, em seguida, teve a sorte de ser contratada por uma importante companhia de teatro regional em uma parte do país que ela ainda não conhecia. Na primeira performance que ela fez pela companhia, o público vaiou ela. Consternada e com raiva, ela decidiu que as pessoas daquela região eram estúpidas, ignorantes e atrasadas. Ela odiava todos eles. Depois de um tempo infeliz, ela saiu da empresa. Ela voltou para a região onde ela tinha crescido e abandonou os palcos para trabalhar como garçoneiro.

Um dia um amigo a convidou para ir a uma palestra em Town Hall em Nova York. O tema foi “Como ir além com nós mesmos. “ Esta palestra mudou sua vida. Ela começou a ver que ela realmente tinha exagerado em sua primeira experiência com a companhia regional. Ela admitiu para si mesma que a apresentação que ela fez na primeira vez não foi boa e que, por ser uma novata na companhia, ela provavelmente não tinha dado o seu melhor. A culpa não estava nas pessoas da plateia, mas na maneira em que ela aceitou reagir, que retornava sobre eles na forma de energia negativa.

Marie decidiu voltar para o palco e para o seu sonho de ser atriz. Ela começou a orar sinceramente para o público e para si mesma. Ela derramou amor e boa vontade todas as noites antes de pisar no palco. Ela criou o hábito de reivindicar a paz de Deus para encher os corações de todos os presentes, e todos os presentes ficavam inspirados e emocionados. Durante cada apresentação ela mandava vibrações de amor para o público. Hoje, ela tem uma carreira importante no teatro. Ela transmite a sua boa vontade e estima pelos outros, e eles reagem da mesma maneira .

LIDANDO COM PESSOAS DIFÍCEIS.

Não deve ser uma surpresa saber que, algumas pessoas no mundo são difíceis. Elas são confusas e distorcidas mentalmente. Elas são mal condicionadas. Muitas são delinquentes mentais que se tornaram argumentativas, incompreensivas, rabugentas, cínicas e azedas pela vida.

Elas estão doentes psicologicamente. Suas mentes se tornam deformadas e distorcidas, talvez por causa das experiências que elas tiveram no passado. O que você faz quando você tem que lidar com alguém assim? A tentação é devolver a energia negativa de volta, na forma de antipatia. Mas para fazer isso, você primeiro teria que trazer a negatividade para dentro de si, com os malefícios que ela traria sobre o seu próprio ser. Esforce-se para “retornar o bem para o mal.” Isso cria uma armadura que dificulta que as atitudes desagradáveis afetem você, e sua transmissão de compaixão e compreensão irá colocar em movimento, o processo de mudança sobre elas.

A MISÉRIA ADORA COMPANHIA.

A personalidade odiosa, frustrada, distorcida e confusa está fora de sintonia com o infinito. A pessoa se ressentida com aqueles que são pacíficos, felizes e alegres. Geralmente critica, condena e calunia aqueles que têm sido muito bons e gentis com ela. Seu pensamento é este: por que eles devem ser tão felizes quando eu sou tão infeliz? Ele quer arrastá-los até seu próprio nível. O velho ditado é verdade, que “A miséria adora companhia”. Uma vez que você entender isso, você permanece indiferente, calmo e imparcial.

Um homem chamado Bruce que assistira às minhas palestras em Londres, falou de sua experiência com este processo. Ele era membro ativo de uma organização de voluntários que estava preocupada com o embelezamento da comunidade onde ele morava. A maioria dos voluntários estava genuinamente interessada em trabalhar na plantação de jardins, no enfeite de áreas degradadas e na reparação de edifícios em maus estados. Um membro, entretanto, opunha-se a todas as medidas que alguém sugeria. Mais do que isso, ele constantemente atacava os motivos dos outros. Ele fazia as reuniões do grupo ficarem tão desagradáveis que o atendimento começou a declinar.

Alguns dos outros membros vieram a Bruce. Eles sugeriram se unirem para juntos expulsarem o rabugento da organização. Ele estava prestes a concordar com este plano, quando ele percebeu que fazer isso seria o mesmo que perpetuar as atitudes distorcidas daquele homem, dentro de si mesmo. Em vez disso, ele começou a visualizar o homem transformando-se um membro agradável e cooperativo do grupo. Antes de cada reunião, Bruce ficava em um canto tranquilo e repetia:

Eu penso, falo e ajo de acordo com o princípio da harmonia e da paz verdadeira dentro de mim. Todos os que se vinculam aos objetivos da

nossa organização o fazem com bondade e propósito na ordem divina. Não há nenhuma discórdia, nem aborrecimentos. A inteligência criativa guia, regra e nos orienta em tudo que fazemos.

Após várias semanas, o homem que tinha causado tantos problemas propôs uma nova iniciativa. Ele se apresentou de forma agradável e cooperativa, que ganhou a aprovação de todos os outros na organização, incluindo aqueles que queriam expulsá-lo.

O PRINCÍPIO DA EMPATIA NAS RELAÇÕES HUMANAS.

Uma jovem mulher chamada Alice me visitou recentemente. Ela me disse que ela a muito tempo odiava outra jovem no escritório onde ela trabalhava. A razão era que a outra mulher era mais bonita, mais feliz e mais próspera do que ela. O golpe maior veio quando a outra mulher começou a sair e casou-se com CEO da empresa, que Alice admirava há muito tempo .

Um dia depois que o casamento tinha sido celebrado, a mulher que ela não gostava então entrou no trabalho com a filha de um casamento anterior. Alice não sabia que sua colega de trabalho tinha uma criança e nem mesmo que ela já havia sido casada antes. Por causa de um problema congênito, a filha da mulher usava uma cinta de ferro nas pernas. Alice escutou a menina dizer à sua mãe, “Mamãe, aqui é onde o papai trabalha também? Eu adorei este lugar, porque está cheio de pessoas que eu amo. ” “Meu coração de repente despontou com a menina”, Alice me disse. “Eu senti o quão feliz ela estava se sentindo. Eu percebi o quanto essa mulher era feliz, apesar de todas as adversidades, de que eu ainda não tinha tomado conhecimento. De repente eu senti amor por ela. Fui até o escritório dela e desejei-lhe toda a felicidade do mundo. E verdadeiramente. ”

Naquele momento, Alice experimentou o que os psicólogos chamam de empatia. Esta não é a mesma coisa que a simpatia, em que entendemos os sentimentos dos outros. É bem mais que isso. Significa imaginativamente, projetar-se sobre as atitudes mentais e estados da outra pessoa. Quando Alice projetou seu humor mental ou o sentimento do seu coração sobre aquela outra mulher, foi como se ela começasse a pensar através da experiência da sua colega. Ela estava a pensar e sentir como a outra mulher e também como a criança, porque ela tinha também se projetado sobre a mente da menina.

A qualquer momento que você se sente tentado a ferir ou pensar mal dos

outros, coloque-se mentalmente sobre o ponto de vista da mente de Moisés e pense nos dez mandamentos. Se você está propenso a projetar inveja, ciúmes ou raiva, pense e se projete sobre o ponto de vista da mente de Jesus, e você sentirá a verdade das palavras, *amai-vos uns aos outros*.

O APAZIGUAMENTO NUNCA VENCE.

Não permita que as pessoas se aproveitem de você, ganhando vantagens com birras, acessos de choro, ou outras formas de chantagem emocional. Estas pessoas são ditadoras que tentam escravizá-lo e convencê-lo a fazer seus caprichos. Seja firme, mas gentil e se recuse a ceder. O apaziguamento nunca vence. Se recuse a contribuir para a delinquência, egoísmo e possessividade. Lembre-se, de fazer o que é certo. Você está aqui para cumprir o seu ideal e permanecer fiel às verdades eternas e os valores espirituais da vida, que são eternos.

Não dê poder a ninguém em todo o mundo, o poder de te desviar de seu objetivo, de seu alvo na vida, que é expressar seus talentos ocultos, para servir a humanidade e revelar cada vez mais a sabedoria, a verdade e a beleza de Deus a todas as pessoas do mundo. Mantenha-se fiel a seu ideal. Saiba que definitivamente e absolutamente que tudo o que contribui para a paz, felicidade e realização deve necessariamente abençoar a todas as pessoas que andam pela terra. *A harmonia da parte é a harmonia do todo; pois o todo está na parte e a parte está no todo.* Tudo que você deve ao outro, como diz São Paulo, é o amor; amor é o cumprimento da lei da saúde, da felicidade e da paz de espírito.

PONTOS PROVEITOSOS NAS RELAÇÕES HUMANAS.

- Sua mente subconsciente é uma máquina de gravação que reproduz o seu pensamento habitual. Pense bem do outro, e você está na verdade pensando bem de si mesmo.
- Um pensamento de ódio ou ressentimento é um veneno mental. Não pense mal do outro, pois para fazê-lo é preciso pensar mal de si mesmo, você é o único pensador no seu universo, e seus pensamentos são criativos.
- Sua mente é um meio criador, portanto, o que você pensa e alimenta sobre o outro, você está produzindo em sua própria experiência. Este é o significado psicológico da regra de ouro. Da maneira que você gostaria que os outros pensassem sobre você, pense você sobre eles da mesma maneira.
- Enganar, roubar ou defraudar aos outros traz limitação, perda e falta a

você mesmo. Sua mente subconsciente registra suas motivações internas, pensamentos e sentimentos. Quando estas são negativas, a perda, a limitação e os problemas vem para você de inúmeras maneiras. O que fizer para o outro, você estará fazendo a você mesmo.

- O bem que você faz, proferindo a bondade, o amor e o bem, que você irradia a todos, virão de volta para você multiplicado de várias maneiras.
- Você é responsável pela maneira como você pensa sobre o outro. Lembre-se, a outra pessoa não é responsável pela maneira como você pensa sobre ele ou ela. Seus pensamentos são reproduzidos. O que você está pensando agora sobre outra pessoa?
- Torne-se emocionalmente maduro e permita que outras pessoas discordem de você. Eles têm o direito de discordar de você, e você terá a mesma liberdade de discordar com eles. Você pode discordar sem ser desagradável.
- Assim como os animais são capazes de captar vibrações de medo, muitas pessoas são igualmente sensíveis. Os pensamentos que você acredita que estão ocultos, estão sendo atualmente transmitidos pela sua voz, suas expressões faciais e sua linguagem corporal. Isto é verdade tanto para os pensamentos positivos quanto para os negativos.
- Seu discurso interno, representado pelos seus pensamentos e sentimentos silenciosos, é expressado nas reações dos outros em relação a você .
- Deseje para os outros aquilo que você deseja para si mesmo. Esta é a chave para as relações humanas harmoniosas.
- Mude seu conceito e a avaliação sobre seu empregador. Sinta e saiba que ele ou ela está praticando a regra de ouro e a lei do amor, e ele ou ela irá responder em conformidade.
- Outra pessoa não pode te perturbar ou te irritar, exceto se você permitir a ele ou ela. Seu pensamento é criativo, você pode abençoar a outra pessoa. Se alguém o chama por um nome ofensivo, você tem a liberdade de resposta, “Que a paz de Deus encha a sua alma. ”
- O amor é a resposta para conviver com os outros. Amor é compreensão, boa vontade e um respeito pela divindade do outro.
- Tenha compaixão e compreensão para aqueles cujo condicionamento negativo fizeram-lhes pessoas difíceis e desagradáveis. A centelha divina está dentro deles, assim como está dentro de nós. Para entender tudo, perdoe tudo.
- Alegre-se com o sucesso, a promoção e a boa sorte dos outros. Ao fazer

isso, você atrai a boa sorte para si mesmo.

- Nunca ceda às cenas emocionais e acessos de raiva do outro. O apaziguamento nunca vence. Não seja um capacho. Adira ao que é certo. Cumpra com seu ideal sabendo que a atitude mental que lhe dá paz, felicidade e alegria, é correta, boa e verdadeira. O que abençoa você, abençoa a todos.

- Tudo o que você deve a qualquer pessoa no mundo é amor, e amor é desejar para todos o que você deseja para si mesmo - saúde, felicidade e todas as bênçãos da vida.

CAPÍTULO 17 - COMO USAR O SUBCONSCIENTE PARA PERDOAR.

A vida não escolhe favoritos. Deus é vida, e este princípio de vida está fluindo através de você neste momento, enquanto você lê e pensa sobre estas palavras. Deus ama expressar-se através de você como harmonia, paz, beleza, alegria e abundância. Isto é chamado, a vontade de Deus ou a tendência da vida.

Se você criar resistência em sua mente para o fluxo da vida através de você, essa congestão emocional vai vibrar em sua mente subconsciente causando todos os tipos de condições negativas. Deus não tem nada a ver com as condições infelizes ou caóticas do mundo. Todas essas condições são trazidas pelo pensamento negativo e destrutivo da nossa espécie. Portanto, é um grave erro culpar Deus por seu problema ou doença.

Muitas pessoas habitualmente criam uma resistência mental ao fluxo da vida por acusar e censurar a Deus pelo pecado, doença e sofrimento da humanidade. Outros põe a culpa em Deus para suas dores, amarguras, perda de entes queridos, acidentes e tragédias pessoais. Eles estão com raiva de Deus, e eles acreditam que ele é responsável pela sua miséria.

Enquanto as pessoas entreterem tais conceitos negativos sobre Deus, elas experimentarão reações negativas automáticas de suas mentes subconscientes. O que elas não entendem é que elas estão punindo a si mesmas. Elas devem procurar ver a verdade, encontrar a libertação e desistir de toda condenação, ressentimento e raiva contra alguém ou qualquer poder fora de si. Caso contrário, não poderão seguir em frente na saúde, felicidade ou na atividade criativa. No instante em que essas pessoas entreterem um Deus de amor em suas mentes e corações, no instante em que eles acreditarem que Deus é um pai amoroso que zela por elas, cuida delas, as orienta, que as sustenta e fortalece, este conceito e crença sobre Deus ou o princípio de vida serão aceitos por suas mentes subconscientes, e elas vão encontrar-se a si mesmas abençoadas de inúmeras maneiras.

A VIDA SEMPRE TE PERDOA.

O princípio de vida mantém um fundo ilimitado de perdão para você. Ele te perdoa... quando você corta o dedo. A inteligência subconsciente dentro de você, começa imediatamente a repará-lo. Novas células constroem pontes sobre o corte. Se você contrair uma infecção de um organismo prejudicial, a vida te perdoa e decide cercar e aniquilar o invasor. Se você

queimar a mão, o princípio de vida reduz o edema e a congestão e dá-lhe as células, tecidos e pele nova.

A vida não guarda nenhum rancor contra você. Ela está sempre a te perdoar. A vida te traz de volta à saúde, vitalidade, harmonia e paz, se você cooperar com o pensamento em harmonia com a natureza. Negativas, memórias dolorosas, amargura e má vontade atravancam e impedem o fluxo livre do princípio da vida dentro de você.

COMO ELA BANIU ESSE SENTIMENTO DE CULPA.

Harriet trabalhava até tarde no escritório todos os dias. Ela muitas vezes ia para casa depois da meia-noite. Ela esperava que seus superiores e colegas de trabalho dariam um tapinha nas costas dela por ela se esforçar e trabalhar tanto. Isso não aconteceu. Pois ela era, normalmente, a única que ficava até tão tarde, os outros nem sabiam sobre sua devoção incomum. Enquanto isso, sua vida familiar estava em sérios apuros. O marido e os dois filhos mal sabiam como ela andava. Quando a equipe da liga juvenil do seu filho mais novo participou das eliminatórias locais, Harriet não só perdeu o jogo, ela até esqueceu de perguntar quem ganhou. Para culminar, o médico de Harriet avisou que ela estava desenvolvendo hipertensão arterial, de uma maneira perigosa .

Harriet veio falar comigo depois que o marido disse a ela que ele queria uma separação. Eu perguntei a ela porque ela tinha expulsado o marido da sua vida e mostrava tão pouco interesse em seus filhos... No início ela tentou dizer que ela tinha que trabalhar muito, que ela só conseguia dar conta do emprego apenas. Eu perguntei se os colegas dela trabalhavam tantas horas como ela. Não, ela admitiu, os outros em sua companhia trabalhavam no expediente normal e eles não tinham cargos melhores que o dela .

Eu sugeri a ela o motivo pelo qual ela estava trabalhando tão arduamente. “Há algo em você que está te devorando por dentro. Se não existisse, você não agiria assim. Você está se punindo por algo. ”

Por um tempo, ela resistiu a esta sugestão. Ela tentava dizer que seus hábitos de trabalho eram normais, que as outras pessoas é que eram preguiçosas. Finalmente, no entanto, ela admitiu que ela tinha um profundo sentimento de culpa. Quinze anos antes, depois que o pai dela morreu, ela ficou responsável pela execução da herança. Com isso ela deliberadamente impediu o repasse de uma grande soma de dinheiro para seu irmão mais novo.

“Por que fizeste isso? ” Eu perguntei. “Era uma questão de ganância”?

“Claro que não! ” Ela respondeu. “Meu irmão.... Bem, ele tinha um problema com drogas. Eu sabia o que aconteceria com o dinheiro se eu entregasse a ele. Disse a mim mesma que eu estava guardando para ele, para quando ele se recuperasse . ”

“E o que aconteceu? ” Eu sondei.

Harriet respirou profundamente. “Isso nunca aconteceu. Ele se matou. Talvez ele não fez isso intencionalmente, mas aconteceu como se fosse assim. Ele tinha apenas vinte e seis anos. Eu fico pensando... e se eu não tivesse guardado o dinheiro? Talvez ele pudesse usá-lo para se internar em alguma clínica de reabilitação. Ele ainda poderia estar com a gente. É minha culpa ele estar morto. “

Perguntei-lhe, “se você tivesse que fazer tudo de novo, o que você faria? ”

“Não sei”, ela disse, balançando a cabeça. “Mas eu sei que tentaria ajudar meu irmão, em vez de subestimá-lo por ele ter um problema. ”

“Mas naquela época, você se sentia justificada? ” Eu perguntei. “Você sentia que estava fazendo a coisa certa? ”

“Claro, ” ela disse. “Mas agora eu tenho certeza de que estava errada. Que o dinheiro não era meu. ”

“Então você não faria isso agora? ”

“Não, ” ela respondeu. Seu rosto ficou estático. “Mas isso não importa. Nunca poderei ser perdoada pelo que fiz. Eu roubei do meu único irmão, e ele morreu. É justo que Deus me dê sua punição. Eu mereço. ”

Eu expliquei-lhe que Deus não iria castigá-la. Ela estava punindo a si mesma. Se você abusar das leis da vida, você vai sofrer em conformidade. Se você colocar sua mão em um fio desencapado e energizado, você receberá um choque. As forças da natureza não são más; é o seu uso delas que determina se elas vão ter um efeito bom ou mau. A eletricidade não é má; dependendo de como é usada, ela pode iluminar o seu lar ou dar um choque fatal em alguém. O único pecado é a ignorância da lei, e a única punição é a reação automática do uso indevido da lei pelas pessoas .

Se você abusar dos princípios da química, você pode explodir o seu local de trabalho. Se você golpeia sua mão contra uma mesa de vidro, poderá fazer a sua mão sangrar. A mesa não tem culpa. A culpa recai sobre o seu uso indevido da mesma .

Eventualmente eu ajudei Harriet a perceber que Deus não condena e nem puni ninguém. Todo o seu sofrimento foi devido a reação de sua mente

subconsciente ao seu próprio pensamento negativo e destrutivo. O que ela precisava era de perdão, mas o verdadeiro significado do perdão é perdoar a si mesmo. O perdão é recebido por seus pensamentos em consonância com a lei divina da harmonia. A autocondenação é a chamada para o inferno (escravidão e restrição). O Perdão é o chamado dos céus (harmonia e paz).

O fardo de culpa e de autocondenação foi removido de sua mente, e ela teve uma cura completa. No seu check-up seguinte, a pressão dela estava normal. A explicação foi a sua cura.

UM ASSASSINO APRENDEU A PERDOAR A SI MESMO.

Arthur matou um homem na Europa há muitos anos. Quando ele chegou até mim, ele estava sofrendo grande tortura e angústia mental. Ele acreditava que Deus deveria puni-lo por seu ato terrível. Perguntei-lhe o que tinha acontecido. Ele explicou que ele descobriu que o outro homem estava tendo um caso com sua esposa. Ele tinha flagrado eles inesperadamente, quando voltou mais cedo de uma caçada, ele deu um tiro no homem em um momento de loucura e raiva. O sistema legal não adotou uma punição muito severa sobre seu ato; Ele teve que passar apenas alguns meses na prisão.

Quando ele foi libertado da prisão, Arthur se divorciou de sua esposa e imigrou para os Estados Unidos. Depois de vários anos, ele conheceu e se casou com uma mulher americana. Ele e sua esposa tinham sido abençoados com três filhos adoráveis. Ele fez uma carreira de sucesso em um campo onde ele tem a oportunidade de ajudar muitas pessoas. Seus colegas gostam dele e o respeitam. Mas nada disso parece ajudar. Todo esse tempo depois, e ele ainda se culpa pelo que fez.

Depois de ouvir a história de Arthur, eu expliquei-lhe o que os cientistas nos dizem que cada célula do nosso corpo é substituída em onze meses. Tanto fisicamente como psicologicamente, ele já não era mais o mesmo homem que havia cometido assassinato, e ele já não era há muitos anos. Além disso, ele tinha claramente se transformado mentalmente e espiritualmente. Ele agora estava cheio de amor e boa vontade para com a humanidade. A pessoa que cometeu o crime, anos antes, tornou-se mentalmente e espiritualmente morta. Ao se recusar a perdoar a si mesmo, Arthur estava condenando um homem inocente.

Essa explicação teve um efeito profundo sobre ele. Ele disse que foi como se um peso tivesse saído da mente dele. Ele percebeu pela primeira vez o significado interno da seguinte verdade da Bíblia:

“Venham, pois, e resolvamos as questões entre nós”, diz Jeová. “Embora os seus pecados sejam como escarlate, serão tornados brancos como a neve. Embora sejam vermelhos como pano carmesim, se tornarão brancos como a lã. (Isaias 1, versículo 18).

AS CRÍTICAS NÃO PODEM MACHUCÁ-LO SEM O SEU CONSENTIMENTO.

Uma professora chamada Ramona me procurou após uma conferência. Ela me disse que recentemente ela teve que fazer um discurso. Depois de feito, uma das suas colegas professoras mandou uma nota a ela cheia de críticas. Ela disse que Ramona falou rápido demais, engoliu algumas das suas palavras e não podia ser ouvida. Sua dicção era pobre e seu texto divagava. Ramona ficou magoada e com raiva. Ela sentiu profundo ressentimento em relação à sua colega e tentou evitar qualquer contato com ela na escola.

Quando eu questionei ela, Ramona eventualmente admitiu que ela merecia muitas das críticas. Ela não era experiente em falar para um público adulto. Ela tinha ficado nervosa antes, e depois ela estava simplesmente feliz porque ela tinha cumprido sua obrigação. Esse foi o motivo pelo qual ela tinha ficado tão ferida pelas críticas da sua colega de trabalho. Era como se alguém tivesse se enfurecido com uma criança por não correr rápido o bastante, enquanto para ela, simplesmente “apertar o passo” já fosse um feito incrível.

Conforme conversávamos, Ramona começou a ver que a primeira reação dela tinha sido infantil. Ela veio a concordar que a carta foi realmente uma bênção e um corretivo muito necessário. Ela decidiu aperfeiçoar suas habilidades de palestras e se inscreveu em um curso de uma universidade próxima, para aprender a falar em público. Entretanto, ela chamou a escritora da nota para lhe agradecer pelo seu interesse e pela dica.

COMO SER COMPASSIVO.

E se a carta que Ramona recebeu estivesse totalmente incorreta? E se ela tinha bons motivos para pensar que as críticas que fez de seu discurso estavam simplesmente erradas? Nesse caso, Ramona teria que perceber algo sobre seu discurso, se sua forma ou seu conteúdo, poderia ter abordado a preconceitos, superstições ou crenças sectárias e estreitas da escritora da nota. O problema poderia não estar com ela, mas sim com a escritora.

Para entender isto o primeiro passo essencial é direcionar-se à compaixão.

O próximo passo, seria orar pela paz, harmonia e compreensão para as outras pessoas. Você não pode ser ferido, quando você sabe que você é o mestre de seus pensamentos, reações e emoções. Emoções seguem pensamentos, e você tem o poder de rejeitar todos os pensamentos que podem perturbá-lo ou aborrecê-lo .

DEIXADA NO ALTAR.

Alguns anos atrás me pediram para realizar uma cerimônia de casamento em uma igreja próxima. O jovem rapaz não apareceu. No final de duas horas, a candidata a noiva derramava algumas lágrimas. Ela então me disse, eu rezei por orientação divina. Isto pode ser a resposta à minha oração, porque ELE nunca falhou .

A reação dela foi de reafirmar sua fé em Deus e todas as coisas boas. Ela estava sem amargura em seu coração, porque, como ela disse, “Há muito eu ansiava por isso, acho que este casamento não devia ter sido uma decisão correta, porque a minha oração era para a decisão certa, não só para mim, mas para nós dois. ” Esta jovem mulher navegou serenamente através de uma experiência que pode ter sido enviada ao outro em uma transmissão emocional.

Sintonize com a inteligência infinita dentro das profundezas do seu subconsciente. Confie na resposta tão inquestionavelmente quanto a confiança em sua mãe e em seu pai quando eles te seguram em seus braços. Este é o caminho para o equilíbrio e a saúde mental e emocional.

É ERRADO CASAR, O SEXO É DO MAL E EU SOU MÁ .

Uma jovem que me ouviu minhas palestras veio falar comigo depois de uma delas. Ela me disse que se chamava Carol. Fiquei impressionado com sua aparência. Ela usava um vestido preto muito simples e meias pretas. Seu rosto era pálido e abatido, sem um único toque de batom ou outra maquiagem. Sua postura também, era subjugada com alguma forma de continência, como se ela pensasse que aqueles ao seu redor de repente poderiam começar a agir de forma constrangedora para ela .

Logo, Carol começou a me falar sobre a sua educação. Ela foi criada por sua mãe, que a ensinou a acreditar que era um pecado dançar, jogar cartas, conhecer, ou sair com homens. Segundo a mãe, todos os homens eram maus. Sexo não era nada além de deboche, inspirado pelo diabo. Se ela desobedecesse estes mandamentos, se ela não os seguisse exatamente ao pé da letra, ela iria queimar eternamente no inferno.

Uma vez, quando Carol saiu junto com alguns colegas do escritório onde ela trabalhava, ela sentiu um profundo sentimento de culpa. Ela estava convencida de que Deus iria puni-la. Um rapaz de quem ela havia se aproximado pediu-lhe para se casar com ele, mas ela recusou. Como ela disse, “É errado casar, o sexo é mal e eu sou má”. Este foi o discurso que a condicionou desde cedo.

É claro que esta jovem mulher se sentia cheia de culpa. Como é que ela não poderia? Era impossível para ela fazer jus às crenças da mãe dela. Era impossível evitar o pensamento de que havia algo errado com essas crenças. O princípio de vida que flui através de todos nós , estava lutando por reconhecimento e expressão.

Sugeri a Carol que ela tentasse aprender a perdoar a si mesma. Perdoar significa entregar-se. Ela teve que desistir de todas essas falsas crenças para com as verdades da vida , e criar uma nova estimativa de si mesma.

Carol me procurou uma vez por semana, por cerca de dez semanas. Eu ensinei a ela o que eu aprendi sobre o funcionamento da mente consciente e subconsciente, assim como descrevi neste livro. Conforme ela gradualmente vinha me ver ela fazia uma lavagem cerebral para se livrar da mentalidade supersticiosa, intolerante e frustrada, impregnada e condicionada pela ignorância de sua mãe. A partir de então ela começou a viver uma vida maravilhosa.

Com minha sugestão, Carol começou a usar roupas mais atraentes. Ela visitou a loja de departamento de cosméticos para uma abrangente repaginada visual. Ela fez aulas de dança e aprendeu a dirigir. Ela também aprendeu a jogar cartas e falar com os jovens. Ela afastou-se completamente de sua família e começou a amar e dar valor à vida.

À medida em que Carol descobriu sua natureza interior, ela começou a rezar por um companheiro, alegando que espírito infinito atrairia a ela um homem completamente harmonizado com ela. Uma noite quando ela saiu do meu escritório, um homem estava esperando para me ver. Casualmente eu os apresentei. Seis meses mais tarde, eles estavam casados. Eles ainda permanecem casados e felizes um com o outro.

O PERDÃO É NECESSÁRIO PARA A CURA.

E, quando vocês estiverem de pé, orando, perdoem o que tiverem contra alguém, para que o seu Pai, que está nos céus, também perdoe as falhas de vocês. “(Marcos 11, versículo 25) .

O perdão aos outros é essencial para a paz mental e saúde radiante. Você

deve perdoar a todos os que alguma vez te machucaram se você quiser felicidade e saúde perfeita. Se perdoe, mantendo seus pensamentos em harmonia com a lei e a ordem divina. Você não pode se perdoar completamente até você ter perdoado aos outros, primeiro. Recusar-se a perdoar a si mesmo não é nada mais nada menos do que o orgulho ou ignorância.

No campo psicossomático da medicina de hoje, está sendo constantemente enfatizado que esse ressentimento, condenação dos outros, o remorso, e a hostilidade estão por trás de uma série de doenças que variam entre artrite até a doenças cardíacas. O estresse causado por essas emoções negativas pode afetar diretamente o sistema imunológico do corpo, deixando ele aberto a infecções e doenças .

Especialistas em distúrbios relacionados ao estresse salientam que pessoas que foram machucadas, maltratadas, enganadas ou feridas muitas vezes reagem, preenchendo-se com ressentimento e ódio por aqueles que os feriram. Esta reação causa inflamações e secreções em suas mentes subconscientes. Há apenas um remédio. Elas têm que cortar e descartar suas dores, e a única forma de fazer isso é por perdão.

O PERDÃO É O AMOR EM AÇÃO.

O ingrediente essencial na arte do perdão é a vontade de perdoar. Se você sinceramente deseja perdoar o outro, você já está meio caminho andado. Claro que perdoar o outro não significa necessariamente que você deve gostar dele ou desejar relacionar-se com ele ou ela. Você não pode ser obrigado a gostar de alguém. Isso seria como se o governo tentasse legislar regras de boa vontade, amor, paz ou tolerância. Você não vai gostar de uma pessoa simplesmente porque alguém te ordena a fazê-lo. No entanto - e este é um ponto crucial - podemos amar as pessoas sem gostar delas.

A Bíblia diz: *amai-vos uns aos outros* . A princípio é impossível pensar que alguém consiga fazer isso e que realmente queira fazê-lo. Amar significa que você deseja para o outro: saúde, felicidade, paz, alegria e todas as bênçãos da vida. Há apenas um pré-requisito, a sinceridade. Você não está sendo magnânimo quando você perdoa alguém, você está pensando em si mesmo, porque o que você deseja para o outro, você está realmente desejando para si mesmo. A razão é que ao pensar assim, você se sente assim. Da maneira que você pensa e sente, então você é. Poderia alguma coisa ser mais simples do que isso?

A TÉCNICA DO PERDÃO.

Aqui está um método simples, mas eficaz para trazer o perdão dentro de si. Ele irá trabalhar maravilhas em sua vida conforme você praticá-lo .

Acalme a mente, relaxe e deixe-se levar. Pense em Deus e em seu amor por você e então afirme:

Eu perdoo plenamente e livremente (pense no nome do autor da ofensa). Eu liberto ele (ela) mentalmente e espiritualmente. Eu perdoo ele completamente e tudo relacionado com o assunto em questão. Estou livre, e ele (ela) está livre também. Esta é uma sensação maravilhosa.

Este é o meu dia de absolvição geral. Desprendo-me de todos os que me feriram, e eu desejo para cada um deles, saúde, felicidade, paz e todas as bênçãos da vida. Faço isso livremente, com alegria e com amor. Sempre que eu achar que uma pessoa ou pessoas querem me machucar, eu direi, “Eu te libertei, e todas as bênçãos da vida são suas. ” Estou livre e vocês estão livres. Isso é maravilhoso!

O grande segredo do perdão é que, uma vez que você tenha perdoado a pessoa, não é necessário repetir a oração. Sempre que a pessoa vier à sua mente, ou uma dor particular pretender entrar na sua mente, deseje tudo de bom ao delinquente e diga, “*Que a paz esteja convosco.* ” Faça isto sempre que esses pensamentos entrarem em sua mente. Você perceberá que depois de alguns dias os pensamentos sobre a pessoa ou experiência retornarão com menos frequência, até desaparecerem no nada.

O TESTE ÁCIDO PARA O PERDÃO.

Garimpeiros e joalheiros usam o que chamam de teste ácido para saber se um metal é ouro de verdade ou uma imitação. Há um teste ácido para o perdão também. Imagine que eu diga algo maravilhoso sobre alguém que fez uma injustiça com você, te enganou ou te defraudou. Se você chiar em ouvir as boas notícias sobre essa pessoa, as raízes do ódio ainda estão em sua mente subconsciente, trazendo confusão em você.

Suponha que você fez um procedimento odontológico muito doloroso no ano passado e você me conta sobre ele agora. Se eu te perguntar se você está sentindo dor até agora, você me olharia atônito e responderia: “Claro que não! Lembro-me da dor, mas eu não sinto mais ela há muito tempo. ”

Isto é o que acontece. Se você verdadeiramente perdoa alguém, você vai se lembrar do incidente, mas você não mais sentirá a ferroadada ou a dor do mesmo. Este é o teste ácido do perdão. Você deve realizá-lo psicologicamente e espiritualmente. Caso contrário, você simplesmente estaria se enganando. Você não estaria praticando a verdadeira arte do

perdão.

PARA ENTENDER TUDO, PERDOE TUDO.

Depois de entender a lei criativa da sua própria mente, você pode parar de culpar as outras pessoas e circunstâncias por destruírem a sua vida. Você percebe que seus próprios pensamentos e sentimentos criam seu destino. Além disso, você está ciente de que fontes externas não são nem as causas e nem os condicionadores de sua vida e de suas experiências. Pensar que os outros podem estragar sua felicidade, pensar que você deve se opor e lutar contra os outros para viver - todos esses pensamentos vão revelar sua natureza destrutiva, quando você entender que os seus pensamentos são coisas. Este princípio está claramente estabelecido na Bíblia:

Porque, como imagina no seu coração, assim é ele. (Provérbios 23, versículo 7).

RESUMO DA RECEITA PARA O PERDÃO.

- Deus, ou a vida, não faz acepção de pessoas. A vida não escolhe favoritos. A vida, ou Deus, vão favorecer você uma vez que você começar a alinhar-se com os princípios de harmonia, saúde, alegria e paz.
- Deus, ou a vida, nunca envia sofrimento, moléstia, acidente ou doença. Trazemos essas coisas sobre nós mesmos pelo nosso próprio pensamento negativo e destrutivo, baseado na lei do que *nós semeamos, nós colheremos*.
- Seu conceito de Deus é a coisa mais importante na sua vida. Se você realmente acredita em um Deus de amor, sua mente subconsciente responderá trazendo incontáveis bênçãos para você. Acredite em um Deus de amor.
- A vida, ou Deus, não mantém nenhum rancor contra você. A vida nunca te condena. A vida cura um corte na sua mão. A vida te perdoa se você queimar o dedo. Reduz o edema e restaura o ferimento com inteira perfeição.
- Seu complexo de culpa é um falso conceito de Deus e da vida. Deus, a vida, não o puni ou o julga. Você é quem faz isso com você mesmo, com os efeitos subconscientes de suas falsas crenças, pensamentos negativos e autocondenação.
- Deus ou a vida, não condena nem o puni. As forças da natureza não são más. O efeito de sua utilização depende de como você usa o seu poder interno. Você pode usar a eletricidade para matar alguém ou para trazer luz

a sua casa. Você pode usar a água para afogar uma criança ou saciar a sua sede. O Bem e o mal, retornam para o pensamento e a finalidade na mente da própria pessoa.

- Deus, ou a vida, nunca Pune. Pessoas punem-se por seus falsos conceitos de Deus, da vida e do universo. Seus pensamentos são criativos, e eles criam sua própria miséria.

- Se outro critica você, e essas falhas estão dentro de você, se alegre, dê graças e agradeça os comentários. Isso lhe dá a oportunidade de corrigir a falha específica.

- Você não pode ser ferido pela crítica quando você sabe que você é mestre de seus pensamentos, reações e emoções. Isso lhe dá a oportunidade de rezar para abençoar aos outros, e assim, abençoar a você mesmo.

- Quando você orar por orientação e decisão correta, aceitará o que vier. Saberá que é bom e muito bom. Então não há nenhuma causa de autopiedade, crítica ou ódio.

- Não há nada bom ou ruim, mas o pensar o faz assim. Não há nenhum mal no desejo por comida, sexo, riqueza ou verdadeira expressão. Depende de como você usa esses impulsos, desejos ou aspirações. Seu desejo por comida pode ser atendido sem ter que matar alguém por um pedaço de pão.

- Ressentimento, ódio, má vontade e hostilidade estão por trás de uma série de doenças. Perdoe você e todos os outros ao derramar amor, vida, alegria e boa vontade para todos que te magoaram. Continue até que você possa encontrá-los em sua mente e saber que você está em paz com eles.

- Perdoar é o ato de dar alguma coisa. Dê amor, paz, alegria, sabedoria e todas as bênçãos da vida para o outro, até que não haja nenhuma ferroadada deixada em sua mente. Este é o teste ácido do perdão.

- Se alguém te magoou, mentiu para você ou te caluniou dizendo todo o tipo de maldades sobre você, seu pensamento sobre essa pessoa é negativo? Se assim for, você não a perdoou ainda. As raízes do ódio ainda estão em sua mente subconsciente, criando confusão entre você e a sua paz. A única maneira para murchar essas raízes é com amor. Deseje a pessoa todas as bênçãos da vida. Este é o significado de *perdoar até setenta vezes sete* .

CAPÍTULO 18 - COMO O SUBCONSCIENTE REMOVE BLOQUEIOS MENTAIS.

O que você pode fazer se você se depara com uma situação difícil e você não pode ver uma solução clara? A solução reside dentro do problema. Cada pergunta implica em sua própria resposta. A inteligência infinita dentro de sua mente subconsciente sabe de tudo e tudo vê. Ela tem a resposta e está revelando isso para você agora. Mas você tem que ouvir. Você deve seguir os apelos de sua mente subconsciente com perfeita confiança. Uma vez que você alcançar esta nova atitude mental, a inteligência criativa dentro de você irá produzir uma solução feliz, você vai encontrar a resposta que procura. Fique tranquilo na certeza que essa atitude da mente trará ordem, paz e significado a todos os seus questionamentos.

COMO QUEBRAR OU CONSTRUIR UM HÁBITO.

Somos todos, criaturas de hábitos. Hábito é uma função da nossa mente subconsciente. Aprendemos a nadar, andar de bicicleta, dançar e dirigir um carro por conscientemente fazermos estas coisas repetidamente, até que elas se estabeleçam nas camadas de nossas mentes subconscientes. Em seguida, a ação automática do hábito na mente subconsciente assume o controle. Isto é por vezes referido como a “segunda natureza”, ou seja, a reação da mente subconsciente para pensar e agir complementando a nossa “primeira” natureza.

Se nós criamos nossos próprios hábitos, significa que somos livres para escolher bons hábitos ou maus hábitos. Se você repete um pensamento negativo ou agir durante um período de tempo, você irá colocar-se sob a compulsão de um hábito. A lei do seu subconsciente é compulsão.

COMO ELE QUEBROU UM MAU HÁBITO.

Quando Bob veio até mim, ele estava próximo do desespero. “Perdi meu emprego, minha esposa e minha família para a bebida, ” ele disse. “Minha esposa não fala comigo nem por telefone. Ela não me deixa ver a nossa filha. Não sei o que fazer. ”

“Você já tentou parar de beber? ” Eu perguntei.

“Claro que tentei, ” ele disse. “Muitas vezes. E até parava por um tempo. Até eu ficar com uma vontade incontrolável de beber de novo, depois a única coisa que eu percebia, é que estava saindo de uma bebedeira de duas semanas. Era terrível! ”

Por muitas vezes essas experiências tinham ocorrido com esse homem infeliz. Ele percebeu que a bebedeira tinha se tornado um hábito, e ele viu que ele tinha que mudar esse hábito e estabelecer um novo. No entanto, seus esforços contínuos para suprimir seus desejos tornaram as coisas ainda piores. Seus fracassos repetidos o convenceram que ele era um caso perdido e impotente para controlar seu desejo ou obsessão. Essa ideia de ser impotente operava como uma sugestão tremenda para sua mente subconsciente, agravando sua fraqueza, tornando sua vida uma sucessão de falhas.

Eu o ensinei a harmonizar as funções das mentes consciente e subconsciente. Quando estas duas cooperassem, a ideia ou desejo implantado na mente subconsciente seriam realizados. Sua mente racional concordou que seu velho hábito estava lhe acarretando problemas, e que ele poderia formar conscientemente um novo caminho para a liberdade, sobriedade e paz de espírito.

Ele sabia que por seu hábito destrutivo ter se tornado automático, ele foi construído através de sua escolha consciente. Ele percebeu que se ele pôde ser condicionado negativamente, ele também poderia ser condicionado positivamente. Como resultado, parou de pensar que ele era impotente para superar o hábito. Ele alcançou a compreensão clara de que não havia nenhum obstáculo à sua cura, além de seu próprio pensamento. Portanto, não havia nenhum motivo para um grande esforço ou coerção mental.

O PODER DA SUA IMAGEM MENTAL.

Bob começou a fazer uma prática de relaxar seu corpo e entrar em um estado sonolento, meditativo. Então ele enchia a sua mente com a imagem desejada, sabendo que sua mente subconsciente poderia concretizá-la da maneira mais fácil. Ele imaginou sua filha dando-lhe um abraço de boas-vindas e dizendo , “Oh. Papai, é tão maravilhoso ter você em casa novamente! ”

Regularmente, sistematicamente, ele sentou e meditou desta forma. Quando a atenção dele vagueava, ele habitualmente se lembrava na mesma hora, da imagem mental de sua filha com seu sorriso e a cena de sua casa animada pela sua voz alegre. Tudo isso ocasionou em um recondicionamento da mente dele. Foi um processo gradual. Ele manteve o foco. Ele perseverou, sabendo que mais cedo ou mais tarde ele poderia estabelecer um novo padrão de hábito em sua mente subconsciente.

Eu disse-lhe que ele poderia comparar sua mente consciente com uma câmera, e sua mente subconsciente era a fita ou película de filme, na qual

se grava e armazena as imagens que estão sendo filmadas pela câmera. Isto causou uma impressão profunda nele. Seu objetivo tornou-se firmemente impressionar a imagem em sua mente e desenvolvê-la nela. Filmes são revelados no escuro; da mesma forma, imagens mentais são desenvolvidas na câmara escura da mente subconsciente.

ATENÇÃO CONCENTRADA.

Bob compreendeu que a sua mente consciente era como uma câmera, então ele a usou sem esforço. Não houve luta mental. Ele calmamente ajustava seus pensamentos e concentrava sua atenção na cena anterior, até ele gradualmente se identificar com a imagem. Ele se tornou absorvido na atmosfera mental, repetindo o filme mental frequentemente.

Não havia espaço para a dúvida, apenas a certeza de que uma cura se seguiria. Quando havia qualquer tentação para beber, qualquer pensamento sobre bebidas, luta interna, ele trocava esses pensamentos pela sensação de estar em casa com sua família. Ele foi bem-sucedido porque ele confiantemente esperava por experimentar a imagem que ele estava desenvolvendo em sua mente. Hoje ele está sóbrio, reunido com sua família, bem-sucedido em sua carreira e radiantemente feliz.

ELA DISSE QUE UM MAU AGOURO SEGUIA ELA.

“Nos últimos três meses, eu me deparei com um problema atrás do outro. Acho que tenho um mau agouro me seguindo! ”

Ruth foi a fundadora de uma empresa que manipula o faturamento e arquivamento de registros para profissionais. A empresa foi muito bem-sucedida no começo, mas então algo mudou.

“Não entendo”, ela me disse. “De repente, é como se todas as portas que foram abertas para mim ficassem bloqueadas. Várias vezes seguidas, eu conseguia levar os clientes potenciais bem ao ponto de assinar na linha pontilhada. Em seguida, no último instante, eles voltavam atrás. O que estaria acontecendo? ”

“Quanto tempo você está com este problema? ” Eu perguntei.

“Como eu disse, cerca de três meses, ” ela respondeu. “Desde meados de abril. ”

Curioso, perguntei, “O que te faz ter tanta certeza sobre a data? Aconteceu alguma coisa em particular na época? ”

Ela fez uma careta. “É melhor acreditar! Estava a fazer um contrato para um certo ortodontista. Não vou dizer o nome dele, mas se seu filho usa

aparelhos, provavelmente você deve conhecê-lo. Eu lhe falei de todas as vantagens. Mostrei-lhe quanto tempo, esforço e dinheiro, ele pouparia se meus serviços fossem contratados. Ele viu a necessidade de contratar-me e fez um compromisso verbal. Mas quando lhe enviei o contrato, primeiro ele pestanejou, depois ele desistiu. Fiquei furiosa! ”

“E depois disso? ” Eu sondei .

“Começou a acontecer mais e mais”, disse Ruth. Por um momento, ela cobriu os olhos dela. “Estou amaldiçoada! Não há outra explicação. ”

“É, ” Eu disse a ela. Expliquei-lhe que sua irritação e ressentimento para com o ortodontista lhe tinham dado uma crença subconsciente que outros potenciais clientes dariam também esse retorno para ela. Esta crença configura um padrão de frustração, hostilidade e obstáculos. Ela gradualmente construiu em sua mente uma expectativa de cancelamentos de última hora. Uma vez que isto foi imprimido em cima de sua mente subconsciente, começou a trazer sobre ela as condições que ela temia. E cada fracasso sucessivo reforçou a convicção de que ela estava fadada ao fracasso. Ela tinha estabelecido um círculo vicioso.

Enquanto nós continuamos a falar, Ruth começou a ver que o problema estava em sua própria mente. Ela percebeu que a cura seria mudar sua atitude mental. Ela começou a meditar desta forma:

Eu percebi que eu sou um com a inteligência infinita da minha mente subconsciente, que não conhece nenhum obstáculo, dificuldade ou atraso. Eu vivo na alegre expectativa do melhor. Minha mente mais profunda responde aos meus pensamentos. Eu sei que o trabalho do poder infinito do meu subconsciente não pode ser prejudicado. A inteligência infinita sempre termina com êxito tudo o que começa.

A sabedoria criativa opera através de mim, trazendo todos os meus planos e propósitos para uma conclusão. Tudo o que eu começo, eu trago a uma conclusão bem-sucedida. Meu objetivo na vida é prestar um serviço maravilhoso, e todos aqueles a quem devo contatar são abençoados pelo que eu tenho para oferecer. Todo o meu trabalho vem à fruição plena e na ordem divina.

Ela repetia essa oração todas as manhãs antes de ir falar com seus clientes. Também rezava todas as noites antes de dormir. Em pouco tempo ela tinha estabelecido um novo padrão de hábito em sua mente subconsciente. Logo ela estava mais uma vez bem-sucedida em convencer os potenciais clientes para inscrever-se com sua empresa. Todo o pensamento de ser vítima de um mau agouro foi esquecido.

O QUANTO VOCÊ QUER O QUE DESEJA?

A história contada é de um jovem que perguntou a Sócrates como ele poderia obter sabedoria.

“Venha comigo!” Sócrates respondeu. Ele levou o rapaz para um rio... e enfiou a cabeça do rapaz debaixo d'água. Ele a segurou lá bastante tempo até que o rapaz começasse a tentar se erguer para respirar. Em seguida, ele o soltou.

Uma vez que o menino recuperou a sua compostura, Sócrates perguntou-lhe: “O que você mais queria enquanto estava debaixo d'água?”

“Eu queria respirar,” disse o rapaz.

Sócrates assentiu lentamente. “Quando você quiser a sabedoria tanto quanto queria respirar, quando imerso na água, então você a receberá”.

Da mesma forma será:

- Quando você tiver um desejo intenso, sincero de superar um determinado bloqueio em sua vida.
- Quando você chegar a uma decisão clara de que há uma saída.
- Quando você decidir com confiança qual é o caminho que você deseja seguir.

Em seguida, a vitória e o triunfo serão garantidos .

Se você realmente quiser a paz de espírito e a calma interior, você as terá. Não importa quão injustamente, você tem sido tratado, ou quão injusto foi o chefe , ou o quão mal caráter alguém se provou ser. Tudo isso não fará diferença para você quando você despertar para os seus poderes mentais e espirituais. Você sabe o que quer e você definitivamente vai se recusar a deixar os ladrões (pensamentos), de ódio, raiva, hostilidade e má vontade roubá-lo de sua paz, harmonia, saúde e felicidade.

Uma vez que você aprender o hábito de imediatamente identificar seus pensamentos com o seu objetivo na vida, você deixará de ser perturbado por pessoas, condições, notícias e eventos. Seu objetivo é a paz, saúde, inspiração, harmonia e abundância. Sinta - se em um rio de paz que flui através de você agora. Seu pensamento é o poder imaterial e invisível, e você pode optar por deixá-lo a te abençoar, inspirar e te dar a paz.

POR QUE ELE NÃO PODERIA SER CURADO.

Allan era um representante externo de um grande distribuidor de livros didáticos. Ele era casado, tinha quatro filhos, mas ele estava envolvido em um relacionamento secreto com outra mulher durante suas viagens de

negócios. Quando ele veio me ver, ele estava nervoso e irritado. Ele não conseguia dormir sem comprimidos. Ele tinha pressão alta e uma variedade de dores internas que seu médico não podia diagnosticar ou aliviar. Para piorar a situação, ele estava bebendo em excesso.

Como descobrimos rapidamente, a causa de tudo isto era um sentimento inconsciente de uma profunda culpa. O credo religioso, em que ele cresceu estava profundamente alojado em sua mente subconsciente. Ele estava se defrontando com um grande estresse relacionado à santidade dos votos de casamento, por ele os estar violando conscientemente e constantemente. Ele bebia em excesso, em uma vã tentativa de curar a ferida da culpa. Assim como um inválido toma morfina e codeína para dores severas, ele estava tomando álcool para a dor ou ferida em sua mente. Era a velha história de apagar o fogo com gasolina .

A EXPLICAÇÃO E A CURA.

Ele ouviu minha explicação de como funcionava a mente dele. Ele enfrentou o seu problema, considerando-o cuidadosamente ele tomou a decisão de desistir de sua relação extraconjugal. Ele também percebeu que a bebida era uma tentativa inconsciente de fuga. A causa oculta alojada em sua mente subconsciente tinha de ser erradicada. Só então ele iria conseguir se curar.

Ele começou a estimular sua mente subconsciente, três vezes por dia, usando esta oração:

Minha mente está cheia de paz e serenidade, alinhada e equilibrada. O infinito habita em mim e se estende com um largo sorriso aberto. Não tenho medo de nada do passado, do presente ou do futuro. A inteligência infinita da minha mente subconsciente me guia, me orienta e me dirige em todos os meus caminhos.

Eu agora encaro cada situação com fé, equilíbrio, tranquilidade e confiança. Agora estou completamente livre do mau hábito. Minha mente está cheia de alegria, liberdade e paz interior. Eu perdoo a mim mesmo. Então estou perdoado. A paz, a sobriedade e a confiança reinam supremos em minha mente.

Enquanto ele repetia essa oração, ele estava plenamente consciente do que estava fazendo e do porque ele estava fazendo. Saber exatamente o que ele estava fazendo deu-lhe a confiança e a fé necessária. Expliquei-lhe que à medida em que ele pronunciasse essas afirmações em voz alta, lentamente, significativamente e com amor, elas gradualmente penetrariam em seu

subconsciente. Assim como as sementes, que crescem segundo a sua espécie. Seus ouvidos ouviam o som e as vibrações curadoras das palavras e atingiam sua mente subconsciente obliterando todos os padrões mentais negativos que tinham causado os problemas dele. A luz dissipa a escuridão. O pensamento construtivo destrói o pensamento negativo. Ele se tornou um homem transformado por volta de um mês.

RECUSANDO-SE A ADMITIR.

Se por acaso você é um viciado em álcool ou drogas, admita. Não desvie do assunto. Muitas pessoas permanecem alcoólicos, porque eles se recusam a admiti-lo.

Sua doença é uma instabilidade, um medo interior. Você se recusa a enfrentar a vida, e então você tenta fugir de suas responsabilidades através de uma garrafa. Sendo um alcoólatra você não tem vontade própria. Você pode pensar que você tem. Você pode até vangloriar-se sobre sua força de vontade.

Se você é um bêbado habitual, você pode até afirmar ousadamente, “Não vou sequer tocar num copo de álcool”, mas você não tem o poder de cumprir esta afirmação. O motivo é que você não sabe onde encontrar a força para isso .

Você está vivendo em uma prisão psicológica construída por você mesmo. Você está limitado por suas crenças, opiniões, formação e influências externas. Como a maioria das pessoas, você é uma criatura de hábitos. Você está condicionado a reagir da forma que você faz.

CONSTRUINDO A IDEIA DE LIBERDADE.

Você pode construir a ideia de liberdade e paz de espírito em sua mentalidade para que ela atinja as profundezas do seu subconsciente. Este último, sendo todo-poderoso, vai livrá-lo de todo o desejo pelo álcool. Nesse ponto, você vai conseguir um novo entendimento de como sua mente funciona. Você vai descobrir dentro de si os recursos infinitos para afirmar e provar a verdade do que você diz a si mesmo.

CINQUENTA E UM POR CENTO CURADO.

Se você tem um forte desejo de se livrar de qualquer hábito destrutivo, você já está 51% curado. Quando seu desejo de abandonar o vício for maior que sua necessidade de continuar nele, você vai se surpreender ao descobrir que a liberdade completa está apenas a um passo de distância.

Qualquer coisa que você pensa, você grava na mente, e a mente amplia seus pensamentos .

Envolva a sua mente com o conceito de liberdade (isto é, libertar-se do hábito destrutivo) e paz de espírito. Mantenha-se focado neste novo foco de atenção. Ao fazer isso, você pode gerar sentimentos que permeiem gradualmente o conceito de liberdade e paz. Qualquer ideia que se emocionalize desta forma é aceita pelo seu subconsciente e será expressada .

A LEI DA SUBSTITUIÇÃO.

Perceba que algo de bom pode vir do seu sofrimento. Não sofra em vão. No entanto, é tolice continuar a sofrer.

Se você continuar como um alcoólatra, trará sobre si a decadência e deterioração mental e física. Perceba que o poder do seu subconsciente está a apoiar você. Mesmo que você se regozije com melancolia, você pode começar a imaginar a alegria da liberdade que ainda está reservada a você.

Esta é a lei da substituição. Sua imaginação te livra da garrafa. E agora te deixa solto para a liberdade e a paz de espírito. Você pode sofrer um pouco, mas é para um propósito construtivo. Você irá suportar, como uma mãe suporta as dores do parto, e você trará à vida uma nova criança em sua mente. Seu subconsciente vai dar à luz a sobriedade.

A CAUSA DO ALCOOLISMO.

A verdadeira causa do alcoolismo é o pensamento negativo e destrutivo, assim como pensam os seres humanos, então assim eles são. O alcoólatra tem um profundo sentimento de inadequação, inferioridade, frustração e derrota. Muitas vezes estas são acompanhadas por uma profunda hostilidade interna. Ele ou ela tem inúmeros álibis para explicar seu hábito de beber, mas na realidade, a única razão está no modo de pensar da vida dessa pessoa.

TRÊS PASSOS MÁGICOS.

O primeiro passo: Aquiete os pensamentos e ruídos da sua mente. Entre em um estado calmo e sonolento. Neste estado relaxado, tranquilo e receptivo, você está se preparando para a segunda etapa.

O segundo passo: Pegue uma breve frase que pode ser gravada prontamente na memória e repita-a várias vezes como uma canção de

ninar. Use a frase “A sobriedade e paz de espírito são partes de mim agora, e eu dou graças. ” Para impedir que a mente vagueie, repita em voz alta ou apenas as pronuncie com os lábios e com a língua, mas sem voz, como se estivesse dizendo mentalmente. Isso ajuda a sua percepção no subconsciente. Faça isso por cinco minutos ou mais. Você vai encontrar uma resposta emocional.

O terceiro passo: antes de ir dormir, pratique o que Johann Von Goethe, o grande poeta alemão, costumava fazer. Imagine um amigo ou um ente querido com você. Seus olhos estão fechados, você está relaxado e em paz. O ente querido ou amigo está subjetivamente presente e está te dizendo, “Parabéns! ”

Veja o sorriso, ouça a voz. Segure suas mãos mentalmente. Tudo deve ser tão real e vívido quanto possa ser. Parabéns , a palavra implica na sua libertação completa. Ouça-a várias vezes até conseguir a reação subconsciente de satisfação .

CONTINUE SEGUINDO EM FRENTE.

Quando o medo bate à porta da sua mente, ou a preocupação, a ansiedade e a dúvida passam pela sua cabeça, lembre-se da sua visão, de seu objetivo. Pense no poder infinito dentro de seu subconsciente, que pode gerar os seus pensamentos e sua imaginação. Isto lhe dará confiança, força e coragem. Continue a perseverar, até que o dia nasça e dissipe a escuridão.

REVISANDO O SEU PODER DE PENSAMENTO.

-A solução está dentro do problema. A resposta está em cada pergunta. A inteligência infinita responde a você quando você a invocar com fé e confiança.

- O hábito é a função de sua mente subconsciente. Não há nenhuma evidência mais maravilhosa do que a força do poder do seu subconsciente, que desempenha e influencia hábitos adquiridos em sua vida. Você é uma criatura de hábitos.

- Você forma padrões de hábitos em sua mente subconsciente, repetindo um pensamento ou ato várias vezes até que ele se estabeleça nas faixas da mente subconsciente, tornando-se automático.

-Você tem liberdade de escolha. Você pode escolher um bom hábito ou um hábito ruim. A oração é um bom hábito.

- Qualquer imagem mental, apoiada pela fé, mantida em sua mente

consciente, será concretizada pelo subconsciente .

- O único obstáculo para seu sucesso e realização , é o seu próprio pensamento ou imagem mental.
- Quando sua atenção divaga, volte-se para a contemplação do seu bem ou de seu ideal. Faça disso um hábito. Isso se chama: disciplinar a mente.
- Sua mente consciente é a câmera, e sua mente subconsciente é a fita do filme, em que você grava e registra as imagens da sua mente.
- O único “mau olhado” que alguém possa ter, é um pensamento de medo que se repete várias vezes na mente. Quebre o “mau olhado” sabendo que tudo o que você começar, resultará em uma conclusão na ordem divina. Imagine o final feliz e alimente-o com confiança e fé.
- Para formar um novo hábito, você deve estar convencido de que ele é desejável. Quando seu desejo de abandonar o vício for maior que seu desejo de continuar, você já estará 51% curado.
- As declarações dos outros não podem te machucar, exceto através de seus próprios pensamentos e de sua participação mental. Identifique-se com seu objetivo, que é paz, harmonia e alegria. Você é o único pensador no seu universo.
- Beber excessivamente é um desejo inconsciente de fugir. A causa do alcoolismo é o pensamento negativo e destrutivo. A cura é pensar em liberdade, sobriedade e perfeição e sentir a emoção dessa realização.
- Muitas pessoas permanecem alcoólicas, porque elas se recusam a admitir o seu problema.
- A lei da sua mente subconsciente, pode mantê-lo em um cativeiro e inibir a sua liberdade de ação, ou pode lhe dar a liberdade e a felicidade. Depende de como você a usa.
- Sua imaginação pode te tirar da garrafa, deixe-a levá-lo à liberdade, imagine que você está livre.
- A verdadeira causa do alcoolismo é um pensamento negativo e destrutivo. Como um homem pensa em seu coração (mente subconsciente), então assim ele é .
- Quando o medo bater à porta de sua mente, ao invés de você atendê-lo, deixe que a fé em Deus e todas as coisas boas o recebam.

CAPÍTULO 19 - COMO O SUBCONSCIENTE REMOVE O MEDO.

Um dos meus alunos foi convidado para discursar na confraternização anual de sua junta profissional. Ele me disse que ele estava em pânico com a ideia de falar perante milhares de pessoas, muitos dos quais eram influentes no seu campo. Ele superou seu medo desta forma: durante várias noites, ele sentou-se calmamente na poltrona por cerca de cinco minutos. Ele disse a si mesmo, lentamente, em silêncio e positivamente:

Eu vou dominar esse medo.

Eu vou superá-lo agora.

Eu vou falar com equilíbrio e confiança.

Eu vou ficar relaxado e à vontade.

Desta forma, ele colocou em funcionamento a lei definitiva da mente. Quando chegou a hora, ele superou seu medo e fez um discurso muito bem-sucedido.

A mente subconsciente é receptiva a sugestões. É controlada pela sugestão. Quando você mantém a sua mente relaxada, os seus pensamentos conscientes se aprofundam no subconsciente. O processo é semelhante à osmose, no qual fluidos separados por uma membrana porosa, se combinam. Conforme estes pensamentos positivos ou sementes penetrarem na área do subconsciente, eles irão crescer segundo a sua espécie, e você se tornará equilibrado, calmo e tranquilo.

O MAIOR INIMIGO DE TODOS OS POVOS.

Não é um exagero afirmar que o maior inimigo de todas as pessoas é o medo. O medo está por trás do fracasso, da doença e das crises nas relações humanas. Milhões de pessoas têm medo do passado, do futuro, da idade avançada, da insanidade e da morte. Mas o medo é um pensamento em sua mente. Isto significa que você tem medo de seus próprios pensamentos.

Uma criança pequena pode ficar paralisada de medo, quando alguém diz que há um monstro debaixo da cama dela, e que vai pegá-la no meio da noite. Mas quando o pai acende a luz e mostra que não há nenhum monstro, ela é libertada do medo. O medo na mente da criança era tão real como se realmente houvesse um monstro lá. Ela foi curada de um pensamento falso em sua mente. A coisa que ela temia não existia mais. Da mesma forma, a maioria dos seus medos não têm nenhuma realidade.

Eles são apenas um conglomerado de sombras sinistras , e sombras não possuem nenhuma realidade.

ENCARANDO O SEU MEDO.

Ralph Waldo Emerson, o grande filósofo e poeta do século dezanove, disse, *“Faça a coisa que você tem medo de fazer, e a morte do medo será certa. ”*

Houve uma época em que eu tinha um medo indescritível de discursar perante uma plateia. Se eu tivesse dado brechas para esse medo, terrível como era, tenho certeza que você não estaria agora lendo este livro. Eu nunca teria sido capaz de compartilhar com outros o que eu aprendi sobre o funcionamento da mente subconsciente.

A maneira com que eu superei esse medo, foi seguindo o conselho de Emerson. Tremendo por dentro, eu comparecia às palestras e fazia o meu discurso. Gradualmente me tornei menos temeroso, até que finalmente eu estava confortável o suficiente para apreciar o que estava fazendo. Mesmo crescendo com medo de palestras, eu decidi fazer a coisa que eu temia, e a morte do medo foi certa .

Quando você afirma positivamente que você está dominando os seus medos, você chega a uma decisão definitiva em sua mente consciente para liberar o poder do subconsciente, que flui em resposta à natureza do seu pensamento.

BANINDO O MEDO DO PALCO.

Em um capítulo anterior, descrevi o caso de Janet, uma jovem cantora de ópera, cuja carreira tinha sido interrompida por um terrível caso de medo do palco. Quando ela foi convidada para participar de uma audição de um importante papel, em uma produção de ópera, ela pensava que aquela poderia ser a sua última chance para ter sucesso. E ainda o medo do palco estava tão forte como nunca. A menos que ela conseguisse lidar com isso, ela sabia que ela iria falhar mais uma vez.

A maneira com que ela superou o seu medo, foi isolando-se em uma sala e fazendo o seu melhor para relaxar o corpo e a mente. Para neutralizar a sugestão de medo que dominava a sua mente subconsciente, ela repetia lentamente, calmamente e com sentimento nas palavras: “Eu canto muito bem. Eu sou equilibrada, serena, confiante e calma. ”

Ela repetia estas palavras de cinco a dez vezes em cada sessão. No final de

uma semana, ela se sentiu preparada e confiante. Quando chegou a hora, ela realizou uma excelente audição.

Se você adaptar este procedimento à sua situação, e realizá-lo sinceramente, com confiança, a morte do seu medo será certa.

MEDO DE FALHAR.

Muitas vezes recebo visitas de estudantes em uma universidade próxima. Uma queixa que muitos deles compartilham é o que podemos chamar de amnésia sugestiva, durante os exames. Todos me disseram a mesma coisa: “Eu, antes do exame, sei tranquilamente a matéria, e lembro-me de todas as respostas depois de fazê-lo. Mas quando estou na sala de aula, encarando a folha do teste em branco, me dá um “apagão total” na mente!”

Muitos de nós tiveram experiências semelhantes. A explicação encontra-se em uma das principais leis da mente subconsciente. A ideia que mais percebemos é aquela em que estamos mais concentrados. Conversando com esses alunos, percebi que eles estavam mais atentos à ideia de fracassar. Como resultado, o fracasso é o que a mente subconsciente traz para a realidade. O medo do fracasso em si cria a experiência do fracasso, por meio de uma amnésia temporária.

Uma estudante de medicina chamada Sheila era uma das mais brilhantes alunas em sua classe. Mas quando ela enfrentava um exame escrito ou oral, ela tinha “o branco” e se esquecia até mesmo das perguntas mais simples. Eu expliquei-lhe a razão. Ela ficava preocupada e se remoendo com as chances de fracassar, vários dias antes do exame. Esses pensamentos negativos a deixavam carregada de medo.

Pensamentos, envolvidos pela poderosa emoção do medo, manifestam-se na mente subconsciente. Em outras palavras, esta jovem estudante estava solicitando ao seu subconsciente para garantir que ela falhasse e isso é exatamente o que ele fazia. No dia do exame ela se encontrava atingida com a amnésia sugestiva.

COMO ELA SUPEROU SEU MEDO.

À medida em que Sheila estudou o funcionamento da sua mente subconsciente, ela aprendeu que esta é o armazém da memória. Sheila fez um registro completo de tudo o que ela tinha ouvido e lido durante seu treinamento. Mais do que isso, ela aprendeu que a sua mente subconsciente é responsiva e recíproca. A melhor maneira de se manter em

um relacionamento profundo com ela, seria ficando relaxada, calma e confiante.

Todas as noites e todas as manhãs, ela começou a imaginar seus pais lhe felicitando pelo seu resultado maravilhoso. Em sua mão, ela segurava uma carta imaginária enviada por eles. Conforme ela começou a contemplar este resultado feliz, ela chamou adiante uma resposta correspondente ou recíproca em relação a si mesma.

Sob esta estimulação consistente, o poder todo-sábio e onipotente do subconsciente assumiu o controle. Ele determinou e dirigiu a sua mente consciente em conformidade. Ela imaginou o fim, e assim organizou os meios para a realização do mesmo. Depois de seguir este procedimento, ela não teve problemas ao fazer os exames subsequentes. A sabedoria subjetiva de sua mente subconsciente assumiu o comando, e a obrigou a ter uma excelente expectativa de si mesma.

MEDO DE ÁGUA.

Quando eu tinha cerca de dez anos de idade, eu acidentalmente caí em uma piscina. Nunca tinha aprendido a nadar. Eu batia meus braços, mas isso não adiantava. Sentia-me afundando. Ainda me lembro do terror, de como a água me cobria por inteiro. Eu tentava respirar, mas minha boca ficava cheia de água. No último momento, outro rapaz percebeu a minha situação. Ele saltou e me puxou para fora. Esta experiência afundou-se em minha mente subconsciente. O resultado foi que por anos eu temia a água. Então um dia eu mencionei este caso que causou o meu medo irracional com um psicólogo idoso, muito sábio.

“Vá até uma piscina de natação, ” ele me disse. “Olhe para a água. Ela é simplesmente um composto químico, constituído por dois átomos de hidrogênio e um de oxigênio. Não tem nenhuma consciência. Mas você tem os dois. ”

Concordei, querendo saber aonde isso poderia me levar .

“Quando você entender que a água é essencialmente passiva”, continuou ele, “diga alto e em bom tom, 'Eu vou dominar você. Pela força de minha mente, vou dominar você.' Em seguida, entre na água. Faça aulas de natação. Use sua força interior para superar a água. ”

Fiz o que me foi dito. Uma vez que eu assumi uma nova atitude na mente, o poder onipotente do subconsciente respondeu, dando-me força, fé e confiança. Permitiu-me superar meu medo, e eu dominei a água. Hoje eu faço natação todas as manhãs para minha saúde e prazer. Não permita que

água domine você. Lembre-se, você tem controle sobre a água.

UMA TÉCNICA SUPREMA PARA SUPERAR QUALQUER MEDO ESPECÍFICO.

Aqui está uma técnica para superar o medo, que eu ensinei em uma palestra para milhares de pessoas. Funciona como um encanto. Experimente!

Suponha que você tem medo de nadar. Sente-se e comece a relaxar por uns cinco ou dez minutos, três ou quatro vezes por dia. Coloque-se em um estado de relaxamento profundo. Agora imagine que você está nadando. Subjetivamente, você está nadando. Mentalmente, você está se projetando sobre a água. Você sente o frescor da água e o movimento de seus braços e pernas. É tudo real, vívido e uma alegre atividade na mente.

Sonhar acordado não é inútil. Se você entende que o que você está experimentando em sua imaginação será desenvolvido em sua mente subconsciente. Então você será forçado a expressar a imagem e semelhança da visão que você impressionou na sua mente mais profunda. Quando você tentar nadar em seguida, será a alegria que virá à tona. Esta é a lei do subconsciente.

Você pode aplicar a mesma técnica para outros medos. Se você tem medo de lugares altos, imagine que você está fazendo um passeio nas montanhas. Sinta a realidade de tudo. Aproveite o ar puro, as flores alpinas, o cenário emocionante. Sei que conforme você continuar a fazer isso mentalmente, você chegará a fazê-lo fisicamente com facilidade e conforto.

ELE ABENÇOOU O ELEVADOR.

Jonathan é um executivo de uma grande corporação. Por muitos anos, ele teve pavor de entrar em um elevador. Ele subia Sete lances de escada até seu escritório todas as manhãs para evitar o uso do elevador. Quando ele precisava se encontrar com pessoas de outras empresas cujos escritórios ficavam em andares elevados, sempre encontrava uma desculpa para encontrá-los em seu próprio escritório ou em um restaurante. Viagens de negócios fora da cidade eram tortura para ele. Ele tinha que agendar muito antes, para certificar-se de que seu quarto de hotel seria em um dos primeiros pisos, para ele poder ser capaz de utilizar facilmente as escadas. Esse medo foi o produto de sua mente subconsciente, talvez em resposta a alguma experiência que ele tivesse esquecido há muito tempo, no nível

consciente. Uma vez que ele aprendeu isto, começou a mudar seu pensamento. Ele começou a abençoar o elevador todas as noites e várias vezes ao dia. Em um clima calmo e confiante, ele repetia para si mesmo:

O elevador do nosso prédio é uma ideia maravilhosa. Saiu da mente universal. Ele é uma bênção e é uma bênção para todos os nossos colaboradores. Ele presta um serviço maravilhoso. Opera na ordem divina. Eu entrarei nele em paz e alegria. Permanecerei em silêncio enquanto as correntes da vida, do amor e da compreensão fluirão através dos meus padrões de pensamento.

Na minha imaginação, estou agora no elevador, estou indo ao meu escritório. O elevador está cheio dos nossos funcionários. Falo com eles, e eles estão amigáveis, alegres e livres. É uma experiência maravilhosa de liberdade, fé e confiança. E dou graças por isso.

Ele continuou esta oração por dez dias. No décimo primeiro dia, ele entrou no elevador com outros membros de sua companhia e se sentiu completamente livre.

O MEDO NORMAL E O MEDO ANORMAL.

Um bebê recém-nascido tem apenas dois medos básicos, o medo de cair e o medo de barulhos repentinos. Estes dois são perfeitamente normais. Eles servem como uma espécie de sistema de alarme dado pela natureza como uma forma de autopreservação.

O medo normal é bom. Você ouve um automóvel vindo pela estrada em sua direção e você se afasta para sobreviver. O medo momentâneo de ser atropelado é superado em seguida pela sua ação em desviar-se.

Todos os outros medos são anormais. Eles foram causados por experiências particulares ou foram repassados para você por pais, parentes, professores e outros que influenciaram seus primeiros anos de vida .

O MEDO ANORMAL.

O medo anormal toma conta, quando as pessoas deixam sua imaginação criar um motim sem controle. Conheci uma mulher que foi convidada para fazer uma viagem de avião ao redor do mundo. Ela começou a fazer recortes de jornais de todas as notícias sobre catástrofes de avião. Ela inclusive encomendou uma fita de vídeo com os piores desastres aéreos do mundo. Ela imaginou-se caindo no oceano e se afogando. Esse é o medo anormal. Se ela persistisse com ele, ela teria uma forte chance de atrair para si a coisa que ela mais temia.

Outro exemplo de alguém que sofria de um medo anormal é um empresário em Nova York, que era muito bem-sucedido e próspero. Ele criou sua própria imagem mental ativa em que sua empresa era forçada à falência e ele perdia tudo. Quanto mais ele pensava neste filme mental de fracasso, mais ele se afundava em uma profunda depressão. Ele se recusava a dar um basta nesta imaginação mórbida. Ele dizia para sua esposa, “Isto não vai terminar.” “O *boom* vai acontecer mais dia ou menos dia.” “É tudo inútil, nós vamos à falência”.

Sua esposa mais tarde me disse que no final ele foi à falência. Todas as coisas que ele imaginava e temia aconteceram. As coisas que ele temia não existiam, mas ele as fez acontecer, constantemente temendo, crendo e esperando o desastre financeiro. Como Jó disse na bíblia, *a coisa que eu mais temia veio até mim*.

O mundo está cheio de pessoas que tem medo de que algo terrível vai acontecer com seus filhos, ou alguns temem que uma catástrofe cairá sobre eles. Quando leem sobre uma epidemia de alguma doença rara, eles vivem com medo de que eles vão pegá-la. Alguns imaginam que eles já têm a doença. Tudo isso é um medo anormal.

A RESPOSTA AO MEDO ANORMAL.

Se você se encontra sitiado com um medo anormal, você deve se esforçar para se mover mentalmente para o lado oposto. Se você permanecer no extremo do medo, você vai sofrer estagnação e deterioração mental e física. Quando o medo surge, uma das leis básicas da mente subconsciente imediatamente o traz com um desejo de algo oposto a coisa que se teme.

Coloque sua atenção sobre a coisa imediatamente desejada. Seja absorvido e submerso no seu desejo. Saiba que o subjetivo sempre sobrepõe o objetivo. Esta atitude lhe dará confiança para levantar o seu ânimo. O poder infinito de sua mente subconsciente está se movendo em seu ser. Ele não pode falhar. Portanto, a garantia de paz é sua.

EXAMINE SEUS MEDOS.

O chefe de vendas para uma grande corporação multinacional confidenciou que quando ele começou a trabalhar como vendedor, ele tinha que andar em volta do quarteirão cinco ou seis vezes, antes que ele pudesse tomar coragem para falar com um cliente.

A supervisora dele era muito experiente e muito perspicaz. Um dia ela disse-lhe, “Não tenha medo do monstro escondido atrás da porta. Não há

nenhum monstro. Você é vítima de uma falsa crença. ”

A supervisora chegou a lhe dizer que sempre que ela sentia a primeira agitação de um medo, ela se erguia sobre ele. Ela o enfrentava cara a cara e olhava em seus olhos. Quando ela fazia isso, ela sempre via que o medo dela se desvanecia e encolhia-se na insignificância.

ELE POUSOU NA SELVA.

Um antigo capelão do exército chamado John, disse-me que durante a segunda guerra mundial, ele viajou em um avião que foi atingido e danificado pelas defesas antiaéreas. Ele teve de saltar sobre as montanhas da selva da Nova Guiné. Claro, ele estava assustado, mas ele sabia que o medo vinha de duas formas, a normal e a anormal. O tipo anormal, que estava tentando tomar o controle dele, era um parente próximo do pânico.

Ele imediatamente decidiu fazer algo sobre o medo dele. Ele começou a falar sozinho, dizendo, “John, você não pode se render ao seu medo. Seu medo é um desejo de segurança e de saída. ”

Ele dirigiu-se para o centro de uma pequena clareira e acalmou a respiração dele. Ele afastou os primeiros sintomas de pânico. Tão logo sentiu-se mais relaxado, ele começou a reivindicar, “A inteligência infinita, que orienta os planetas em seus cursos, está agora me conduzindo e me orientando para sair desta selva em segurança. ” Ele dizia isso em voz alta para si mesmo por 10 minutos ou mais.

“De repente”, John me disse, “senti algo começando a se mover dentro de mim. Era um clima de confiança e fé. Fui atraído para um lado da clareira. Lá encontrei um rastro fraco de uma trilha, e eu comecei a andar. Dois dias depois, cheguei milagrosamente a uma pequena aldeia onde as pessoas eram amigáveis. Eles me alimentaram, então me levaram à margem da floresta, onde um avião de resgate me pegou. ”

Mudando de atitude mental, John se salvou. Sua fé e confiança no poder e na sabedoria subjetiva dentro dele, deram-lhe a solução para seu problema.

Ele acrescentou, “Se eu tivesse começado a lamentar o meu destino e a saciar meus medos, o monstro do medo iria me dominar. Eu provavelmente teria morrido de fome e medo. ”

ELE MESMO SE DEMITIU .

Rafael era um executivo em uma grande Fundação. Ele admitiu para mim que havia três anos que ele estava aterrorizado com o medo de perder seu

emprego. Ele estava sempre imaginando o fracasso. Ele achava que seus subordinados seriam promovidos acima dele. A coisa que ele temia não existia, salvo como uma mórbida ansiedade que se passava em sua própria mente. Rafael dramatizava a perda de seu emprego em sua imaginação, até ele chegar ao ponto de ficar cada vez mais nervoso e ineficiente. Finalmente foi comunicado de sua demissão.

Na realidade, Rafael já havia se demitido em seu imaginário negativo e constante, a inundação de sugestões de medo que ele enviava à sua mente subconsciente, fazia seu subconsciente responder e reagir em conformidade. Isso o levou a cometer erros e decisões tolas. Estes por sua vez, resultaram em seu fracasso. Ele nunca seria dispensado se ele tivesse mudado imediatamente os seus pensamentos para o oposto do medo em sua mente.

ELES CONSPIRARAM CONTRA ELE.

Durante uma turnê de palestras ao redor do mundo, eu tive uma conversa de duas horas com um proeminente funcionário do governo de um dos países que visitei. Eu achei que este homem tinha um profundo sentimento de paz interior e serenidade. Ele disse que embora ele constantemente fosse atingido com abuso pelos jornais que apoiavam o partido da oposição, ele nunca se permitiu ser perturbado por isso. Sua prática era ficar sentado por quinze minutos de manhã e perceber que no centro de seu ser, havia um profundo oceano de paz. Meditando, desta forma, ele gerava um poder tremendo, que superava todos os tipos de dificuldades e medos.

Alguns meses antes, ele recebeu uma chamada de um colega em pânico, no meio da madrugada. De acordo com o seu colega de trabalho, um grupo de pessoas estavam conspirando contra ele. Pretendiam derrubar o seu governo pela força, com a ajuda de elementos coligados às forças armadas do país.

Em resposta, o funcionário disse ao seu colega, “Eu vou dormir agora em perfeita paz. Podemos discutir isto amanhã às 10 horas. ”

Como ele explicou-me, “Eu sei que nenhum pensamento negativo nunca poderia se manifestar, a menos que eu o emocionalizasse e o aceitasse mentalmente. Eu me recuso a entreter a sugestão do medo. Portanto, nenhum dano pode me atingir a menos que eu permita. ”

Observei a calma em que ele estava, o quão sereno, e alegre! Ele não ficou nervoso e nem começou a arrancar os cabelos ou tremer as mãos. No seu centro, ele encontrou a água parada em seu nível, a paz interior, e houve

uma grande tranquilidade.

LIBERTE-SE DE TODOS OS SEUS MEDOS.

Na Bíblia há uma fórmula perfeita para exorcizar o medo:

Busquei ao Senhor, e ele me respondeu. Ele me livrou de todos os meus temores. (Salmos 34, versículo 4).

Senhor é uma antiga palavra que significa Lei - o poder de seu subconsciente. Aprenda as maravilhas do seu subconsciente. Entenda como ele trabalha e quais são suas funções. Domine as técnicas dadas a você neste capítulo. Coloque-as em prática agora, hoje! Seu subconsciente vai responder, e você estará livre de todos os medos.

Busquei ao Senhor, e ele me respondeu. Ele me livrou de todos os meus temores.

SIGA ESTE CAMINHO PARA SE LIBERTAR DO MEDO.

- Faça a coisa que você tem medo de fazer, e a morte do medo será certa. Se você disser a si mesmo com perfeita fé e confiança, “Eu vou dominar esse medo.” Você vai.
- O medo é um pensamento negativo em sua mente. Suplante-o com um pensamento construtivo. O medo já matou milhões. A confiança é maior do que o medo. Nada é mais poderoso do que a fé no bem e em Deus.
- O medo é o maior inimigo de uma pessoa. Está atrás do fracasso, da doença e da crise nas relações humanas. Amor dissipa o medo. O amor é uma ligação emocional com as coisas boas da vida. Se apaixone pela honestidade, integridade, justiça, boa vontade e sucesso. Viva na alegre expectativa do melhor, e invariavelmente o melhor virá para você.
- Neutralize as sugestões de medo com o oposto a elas, tais como, “Faço o bem, estou calmo, sereno e equilibrado”. Você vai receber dividendos fabulosos.
- O medo está por trás da amnésia sugestiva que nos atinge durante os exames. Você pode superar isto afirmando frequentemente, “Eu tenho uma memória perfeita para tudo o que eu preciso saber.” Imagine um amigo te parabenizando pelo seu brilhante sucesso no exame. Persevere e você vencerá.
- Se você tem medo de mergulhar na água, nade. Na sua imaginação nade livre e alegremente. Projete-se mentalmente na água. Sinta o frescor e a emoção de nadar até o outro lado da piscina. Torne isso real. Conforme

você fazer isso, subjetivamente, você será forçado a entrar na água para conquistá-la. Esta é a lei da sua mente.

- Se você tem medo de lugares fechados, como elevadores, mentalmente entre no elevador, sinceramente abençoe todas as suas partes e funções. Você ficará espantado com o quão rapidamente o medo será dissipado.

- Você nasceu com apenas dois medos, o medo de cair e o medo do barulho. Todos os seus outros medos foram adquiridos. Livre-se deles.

- O medo normal é bom. O medo anormal é muito ruim e destrutivo. Entregar-se constantemente a pensamentos de medo, resulta nos medos anormais das obsessões e complexos. Temer a alguma coisa persistentemente, provoca um sentimento de pânico e terror.

- Você pode superar o medo anormal, quando souber que o poder de sua mente subconsciente pode alterar as condições e trazer a efeito os acarinhados desejos do seu coração. Dê sua atenção e devoção imediata ao seu desejo, que é o oposto do seu medo. Este é o amor que dissipa qualquer tipo de medo.

- Se você tem medo do fracasso, dê atenção ao sucesso. Se você tem medo da doença, se relacione com a saúde perfeita. Se você tem medo de um acidente, se preocupe com a orientação e a proteção de Deus. Se você tem medo da morte, se preocupe com a vida eterna. Deus é vida, e esta é a sua vida agora.

- A grande lei da substituição é a resposta ao medo. O seu medo tem sua solução na forma de seu desejo. Se você está doente, deseje saúde. Se você está na prisão do medo, deseje a liberdade. Espere pelo que é bom. Mentalmente concentre-se sobre o bem e saiba que seu subconsciente vai te responder sempre. Nunca falha.

- As coisas que você teme realmente não existem, exceto como pensamentos em sua mente. Pensamentos são criativos. Eis porque Jó disse: *a coisa que eu mais temia veio até mim*. Então pense no bem que o bem se seguirá.

- Olhe seus medos , arraste-os até a luz da razão. Aprenda a rir de seus medos. Este é o melhor remédio. Nada pode perturbá-lo além do seu próprio pensamento. As sugestões, instruções ou ameaças de outras pessoas não têm poder. O poder está dentro de você, e quando seus pensamentos estão focados no que é bom, então o poder de Deus está com seus pensamentos pelo bem.

- Há somente um poder criativo, e move-se em harmonia. Não há divisões ou distinções nele. Sua fonte é o amor. Eis porque o poder de Deus está

com seus pensamentos no bem.

CAPÍTULO 20 - COMO PERMANECER JOVEM DE ESPÍRITO PARA SEMPRE.

Sua mente subconsciente nunca envelhece. Ela é atemporal, eterna e infinita. É uma parte da mente universal de Deus que nunca nasceu e nunca morrerá. A fadiga ou idade avançada, não tem nenhum impacto sobre qualquer qualidade ou poder espiritual. Paciência, gentileza, veracidade, humildade, boa vontade, paz, harmonia e amor fraterno são atributos e qualidades que nunca envelhecem. Se você continuar a gerar essas qualidades aqui neste plano da vida, você permanecerá sempre jovem de espírito.

Os anos sozinhos, não são responsáveis por trazer doenças degenerativas. Não é o tempo em si, mas o medo do tempo, que tem um efeito de envelhecimento prejudicial em nossas mentes e corpos. Na verdade, o medo neurótico dos efeitos do tempo pode ser a causa do envelhecimento precoce.

Durante os muitos anos de minha vida pública, tive a oportunidade de estudar as biografias de homens e mulheres famosos que continuaram suas atividades produtivas durante anos, bem além do tempo de produtividade normal de vida. Alguns deles inclusive alcançaram sua grandeza, pela primeira vez, em idade avançada. Tive também o privilégio de conhecer e encontrar inúmeros indivíduos de nenhum destaque especial, que em sua esfera menor, estão entre aqueles mortais resistentes, que provaram que a idade avançada, em si, não destrói as forças criativas da mente e do corpo.

ELE TINHA ENVELHECIDO EM SUA MENTE .

Há alguns anos atrás, liguei para um amigo em Londres, Inglaterra. Ele recentemente tinha chegado aos oitenta. Para muitas pessoas, este é um motivo de regozijo, mas infelizmente não para ele. Fiquei muito chocado quando eu o vi. Ele parecia e me sentir-se fraco, até doente, apesar dele dizer que o médico dele não tinha encontrado nenhum problema específico em seus exames .

“Os médicos são idiotas. ” Ele afirmava. “Eu sei muito bem o que é a minha doença. É a própria vida! ”

Perguntei-lhe o que ele queria dizer.

“Ninguém me quer ou precisa de mim, ” ele chorou. “E por que deveriam? Eu sou inútil para qualquer um. Nós nascemos, crescemos. Ficamos velhos e morremos, e isso é o fim da história. ”

Eu vi que, de certa forma, ele estava certo na compreensão de sua doença. Ele estava doente, não por causa da vida, mas devido à forma como ele via a vida. Sua atitude mental de futilidade e inutilidade o tinha deixado doente. Quando ele olhava para a frente, via somente a decadência e depois disso - nada. Na verdade, ele tinha envelhecido sua vida mental, e sua mente subconsciente manifestava tudo o que ele estava temendo e esperando .

A IDADE É A AURORA DA SABEDORIA.

Infelizmente, muitas pessoas têm a mesma atitude que este homem infeliz. Elas estão com medo do que elas chamam de “velhice”, o fim e a extinção. O que isso realmente significa é que eles têm medo da vida. A vida, no entanto, é infinita. A idade não é o sobrevoosobre os anos, mas sim a aurora da sabedoria.

Sabedoria é a consciência dos tremendos poderes espirituais em sua mente subconsciente, é o conhecimento de como aplicar esses poderes para levar uma vida plena e feliz. Tire de uma vez por todas de sua cabeça que sessenta e cinco, setenta e cinco ou oitenta e cinco anos de idade é sinônimo do final para você ou qualquer outra pessoa. Pode ser o início de um padrão de vida gloriosa, frutífera e ativa e das mais produtivas, melhor do que você jamais experimentou. Acredite, espere e sua mente subconsciente vai fazer disto a sua realidade .

BEM-VINDO À MUDANÇA.

A velhice não é uma ocorrência trágica. O que nós chamamos de processo de envelhecimento é a verdadeira mudança. É para se saudar com alegria e com prazer. Cada fase da vida humana, é um passo em frente a um caminho que não tem fim. Temos enormes poderes que transcendem os limites de nossas forças corporais. Temos sentidos maravilhosos que transcendem os limites dos nossos cinco sentidos físicos.

A vida é espiritual e eterna. Nós não podemos nunca envelhecer para a vida, Deus não pode envelhecer. A Bíblia diz que Deus é a vida. A vida é auto renovação, eterna, indestrutível e a realidade de todas as pessoas.

A VIDA É.

Uma mulher uma vez perguntou a Thomas Edison, o mágico da elétrica, “Sr. Edison, o que é eletricidade? ”

Ele respondeu: “Madame, a eletricidade é. Use-a. ”

Eletricidade é o nome que damos a um poder invisível que nós não compreendemos totalmente. Ainda que não saibamos tudo sobre os princípios da eletricidade e seus usos. Nós a usamos de inúmeras maneiras. Os cientistas não podem ver um elétron com seus olhos, no entanto, eles o aceitam como um fato científico, porque ele é a única conclusão válida que coincide com outras evidências experimentais. Não vemos a vida. No entanto, sabemos que estamos vivos. A vida é estarmos aqui para expressá-la em toda a sua glória e beleza .

MENTE E ESPÍRITO NÃO ENVELHECEM.

A Bíblia diz:

E a vida eterna é esta: que te conheçam, a ti só, por único Deus verdadeiro, e a Jesus Cristo, a quem enviaste. (João 17, versículo 3).

Alguém que pensa ou acredita que o ciclo terrestre do nascimento, adolescência, juventude, maturidade e velhice é tudo o que há na vida, este alguém é realmente digno de pena. Este alguém está sem âncora, sem esperança, sem visão. Para ele a vida não tem sentido.

Esse tipo de crença traz frustração, estagnação, cinismo e uma sensação de desesperança que conduz à neurose e aberrações mentais de todos os tipos. E se você já não pode jogar um jogo rápido de tênis ou nadar tão rápido quanto seus filhos? E se você já está abrandando o seu corpo, ou andando com um passo lento? Lembre-se, de que a vida sempre se renova novamente. O que as pessoas chamam de morte é apenas uma viagem para uma nova cidade em outra dimensão da vida.

Eu digo para aqueles que vêm para minhas palestras que eles deveriam aceitar o que chamamos de graciosamente velhice. A idade tem a sua própria glória, beleza e sabedoria que pertencem a ela. Paz, amor, alegria, beleza, felicidade, sabedoria, boa vontade e compreensão são qualidades que nunca envelhecem ou morrem.

Ralph Waldo Emerson, poeta e filósofo, disse, “Não contemos os anos um homem até que ele não tenha mais nada para contar. ”

Seu caráter, a qualidade da sua mente, sua fé e suas convicções não estão sujeitos à deterioração.

VOCÊS SÃO TÃO JOVENS QUANTO VOCÊS PENSAM QUE SÃO .

Eu realizei algumas palestras públicas em Caxton Hall, em Londres, Inglaterra, por alguns anos. Após uma dessas palestras, um cirurgião veio falar comigo.

“Eu tenho oitenta e quatro anos de idade”, disse. “Eu faço cirurgias todas as manhãs, visito meus pacientes na parte da tarde, e escrevo para jornais e periódicos médicos e científicos , à noite. ”

A atitude dele era de ser tão útil quanto ele acreditava ser, e tão jovem quanto cada pensamento novo. Ele disse para mim, “É verdade o que você disse há pouco. Uma pessoa é tão forte quanto ela pensa que é e tão valiosa quanto ela pensa que é. ”

Este cirurgião não se rendeu aos anos que se avançaram. Ele sabia que ele era imortal. Seu comentário final para mim foi “Se eu morresse amanhã, me encontraria ajudando e curando as pessoas em outra dimensão, não com o bisturi de cirurgião, mas com cirurgia espiritual e mental.

SEUS CABELOS SÃO UM ATIVO.

Jamais perca uma oportunidade por ficar pensando, “Eu sou velho demais para assumir isto. ” Aí está a estagnação e a morte mental. Se você ficar convencido de que você está acabado, sua mente subconsciente aceitará essa crença e irá fazer dela a sua realidade. Algumas pessoas estão velhas aos trinta anos, enquanto outras são jovens aos oitenta. A mente é o mestre tecelão, o arquiteto, o designer e o escultor. O dramaturgo George Bernard Shaw ainda era ativo aos noventa anos, e a qualidade artística de sua mente não tinha se afastado do seu serviço ativo.

Conheço homens e mulheres que me dizem que alguns empregadores quase batem a porta na cara deles quando eles dizem que estão com mais de 40 anos. Esta atitude por parte dos empregadores é fria, insensível e completamente ausente de compaixão e de compreensão.

Quem decretou que você deve estar abaixo dos trinta e cinco anos de idade para receber consideração? O raciocínio por trás disso é superficial e ilusório. Se o empregador parasse para pensar, ele ou ela iria perceber que a pessoa não estava vendendo um cabelo grisalho. Pelo contrário, a pessoa pretendia dar o seu talento, sua experiência e sabedoria reunidas através de anos de experiência no mercado da vida.

A IDADE É UM ATIVO.

Sua idade deve ser um ativo precioso para qualquer organização, por causa de sua prática e aplicação através dos anos, dos princípios da regra de ouro

e da lei do amor e da boa vontade. Seus cabelos grisalhos, se você tiver algum, devem demonstrar maior compreensão, habilidade e sabedoria. Sua maturidade emocional e espiritual deve ser uma tremenda bênção para qualquer organização. Pessoas não devem ser postas de lado aos sessenta e cinco, e nem em qualquer outra idade cronológica. Esta é a época da vida que eles poderiam ser mais úteis em lidar com problemas pessoais, a fazer planos para o futuro, tomar decisões e guiar outros no reino das ideias criativas, com base na sua experiência e visão sobre a natureza de um negócio.

TENHA A SUA IDADE.

“Eu era bom nesse negócio! ” Disse-me um roteirista de Hollywood. “Já fiz trabalhos de primeira qualidade por anos. Eu sei meu ofício, bem como qualquer um na cidade. Ganhei prêmios em diversos festivais ao redor do mundo. ”

Intrigado, perguntei, “Então, o que aconteceu? ”

Ele deu com as mãos para cima. “A última conferência de história que eu fui, um executivo do estúdio, de uns trinta anos de idade, me disse que eu não podia me relacionar com o público de hoje. Quando eu tentei discutir, ele informou-me que não queria qualquer script que não estivesse voltado para as mentes e os gostos de meninos de doze a dezoito! Eu me dirigi à saída. ”

Esta é uma situação trágica. Como as grandes massas de pessoas poderão tornar-se emocionalmente e espiritualmente maduras se elas são desestimuladas dessa maneira? Elas estão ficando cegas para o potencial que possuem dentro delas para o crescimento pessoal. As pessoas dizem que elas devem glorificar a juventude, embora na realidade , a juventude contempla a inexperiência, falta de discernimento e julgamentos precipitados .

POSSO ME IGUALAR A ELES .

Conheço dezenas de pessoas nos seus sessenta anos ou mais, que gastam seu tempo em uma campanha frenética para manter a juventude. Eles consomem remédios milagrosos e seguem dietas da moda, desperdiçam seu dinheiro em equipamentos inúteis de ginástica, cujas virtudes são apresentadas na televisão da tarde e da noite. Aqueles com maiores recursos entram em tratamentos de Spa, lipoaspiração e cirurgia plástica. Esse é o seu clamor fútil e constante, “Olha, eu posso me igualar a eles! ”

Essas pessoas devem lembrar uma grande verdade:

Porque, como imagina no seu coração, assim é ele. (Provérbios 23, versículo 7).

Dietas, multivitaminas e suportes de todos os tipos não manterão essas pessoas jovens. Eles devem perceber que eles envelhecem ou permanecem jovens de acordo com os seus processos de pensamento. Sua mente subconsciente é condicionada pelos seus pensamentos. Se seus pensamentos estão constantemente concentrados no que é bom, belo e nobre, você permanecerá espiritualmente jovem independentemente da sua idade cronológica.

MEDO DA VELHICE.

Como Jó disse na bíblia, *a coisa que eu mais temia veio até mim*. Muitas pessoas temem a velhice. Elas estão incertas sobre o futuro, porque antecipam a deterioração física e mental conforme os anos passam. O que eles pensam e sentem vêm a acontecer.

Você fica velho, quando você perde o interesse na vida, quando você pára de sonhar, de ter fome de novas verdades e pára de procurar novos mundos para conquistar.

Quando sua mente está aberta para novas ideias e novos interesses e, quando você levanta a cortina e deixa entrar o sol e a inspiração de novas verdades da vida e do universo, você será jovem e vital.

VOCÊ TEM MUITO PARA DAR.

Se você tem sessenta e cinco ou noventa e cinco anos de idade, você deve perceber que você tem muito para dar. Você pode ajudar a estabilizar, aconselhar e direcionar a geração mais jovem. Você pode dar o benefício de seu conhecimento, sua experiência e sua sabedoria. Você sempre pode olhar em frente, pois em todos os momentos está olhando a vida infinita. Você descobrirá que você nunca pode deixar de desvendar as glórias e as maravilhas da vida. Tente aprender algo novo a cada momento do dia e você vai ver que sua mente será sempre jovem.

CENTO E DEZ ANOS DE IDADE.

Alguns anos atrás, enquanto palestrando em Bombaim, na Índia, fui apresentado a um homem cujos amigos me disseram que tinha cento e dez anos de idade. Ele tinha o rosto mais bonito que já vi. Ele parecia transfigurado pelo brilho de uma luz interior. Havia uma rara beleza nos

olhos dele. Eu podia ver que ele tinha envelhecido seus anos com alegria e sem nenhuma indicação de que a mente dele tinha esmaecido o seu brilho.

APOSENTADORIA - UM NOVO EMPREENDIMENTO.

Certifique-se de que sua mente nunca se aposente . Sua mente deve ser como um pára-quedas - é inútil a menos que ele se abra. Seja aberto e receptivo a novas ideias. Já vi pessoas de sessenta e cinco e setenta anos se aposentarem. Eles pareciam apodrecer em apenas alguns meses. Obviamente, eles sentiram que sua vida tinha chegado ao fim, e por eles pensarem assim, assim foi.

A aposentadoria pode ser um novo empreendimento, um novo desafio, um novo caminho, o início do cumprimento de um longo sonho. É muito deprimente ouvir alguém dizer, “O que vou fazer agora que me aposentei?” Ele ou ela está dizendo, em efeito, “estou morto mentalmente e fisicamente. Minha mente está falida de ideias. ”

Tudo isso é uma imagem falsa. A verdade é que você pode realizar mais coisas em noventa anos do que em 60 anos, porque cada dia você está crescendo em sabedoria e entendimento da vida e do universo através de seus novos estudos e interesses .

ELE GARANTIU UMA TAREFA MELHOR.

Frank é um executivo que mora perto de mim. Ele foi demitido de seu trabalho há alguns meses. A empresa disse que era por causa de um novo plano de reestruturação, mas ele acreditava que sua idade de sessenta e cinco anos estava por trás da decisão.

“Você se sente amargo por ser vítima de discriminação?” Perguntei-lhe. “Irá processá-los?”

Ele sorriu apático. “Eu poderia, eu suponho. E eu acho que eu poderia muito bem ganhar no tribunal. Mas por que eu deveria gastar meu tempo e energia assim? Eu não perdi meu emprego, a empresa é que perdeu meus serviços”.

Ele fez uma pausa e, em seguida, acrescentou: “Da maneira que eu olho para isso, é como se eu tivesse pulado do jardim de infância para a 1ª Série do ensino fundamental. ”

“Como assim?”

“Bem, por exemplo, ” ele respondeu: “quando me formei no ensino médio, eu subi um degrau na vida, indo para a faculdade. Dei um passo em frente na minha educação e compreensão da vida em geral. Minha carreira deu

mais um passo, ou talvez alguns passos. Agora eu estou livre para fazer as coisas que sempre quis fazer. Em outras palavras, estar livre é apenas mais um passo para cima na escada da vida. ”

Frank chegou a uma sábia conclusão de que ele já não precisava se concentrar em ganhar a vida. Agora ele ia dar toda sua atenção para viver a vida. Ele tinha sido um fotógrafo amador por alguns anos. Ele se comprometeu a fazer cursos de fotografia em um Instituto de arte nas proximidades. Mais tarde ele fez uma viagem ao redor do mundo. Em cada lugar que visitou, ele levou dezenas de rolos de filme. Ele agora dá palestras para várias redes de lojas, empresas e clubes e ele está em constante demanda.

Existem inúmeras maneiras de ter um interesse em algo de valor fora de si mesmo. Torne-se entusiasmado com novas ideias criativas, faça um progresso espiritual e continue a aprender e a crescer. Dessa maneira você permanecerá jovem no coração, porque você terá fome e sede de novas verdades, e seu corpo vai refletir seu pensamento em todos os momentos.

VOCÊ DEVE SER UM PRODUTOR E NÃO UM PRISIONEIRO DA SOCIEDADE.

As leis que proíbem os empregadores de discriminar homens e mulheres por causa da idade são um passo na direção certa, mas leis sozinhas não podem alterar a forma de como as pessoas pensam. Alguém de sessenta e cinco anos pode ser mais jovem mentalmente, fisicamente e fisiologicamente do que muitas pessoas de trinta anos. Estamos aqui para desfrutar os frutos do nosso trabalho, para ser um produtor e não um prisioneiro da sociedade que condena muitos à ociosidade, por causa de suas idades .

O corpo de uma pessoa diminui gradualmente conforme ele ou ela avança através dos anos, mas sua mente consciente pode ficar muito mais ativa, alerta, viva e acelerada pela inspiração de sua mente subconsciente. A mente, na realidade, nunca envelhece. Jó disse:

Quem me dera voltar aos meses passados, Aos dias em que Deus cuidava de mim. Quando ele fazia a sua lâmpada brilhar sobre a minha cabeça, E eu andava na escuridão pela sua luz. Quando eu estava no meu vigor, e sentia a amizade de Deus na minha tenda... (Jó 29, versículos 2 ao 4).

O SEGREDO DA JUVENTUDE.

Para reviver os dias de sua juventude, sinta o poder milagroso de sua

mente subconsciente curando, renovando e se movendo através de todo o seu ser. Sabendo e sentindo que você é inspirado, edificado, rejuvenescido, revitalizado e recarregado espiritualmente. Você pode borbulhar com entusiasmo e alegria, como nos dias da sua juventude, pela simples razão de que você sempre poderá atingir o estado de alegria mentalmente e emocionalmente.

A lâmpada que brilha sobre a sua cabeça é inteligência divina. Ele revela a você tudo que você precisa saber. Ele permite que você afirme a presença de seu bem, independentemente das aparências. Você caminha pela orientação de sua mente subconsciente, porque você sabe que a aurora surgirá para dissipar a escuridão .

OBTENHA UMA VISÃO.

Em vez de dizer, “Estou velho”, diga, “Eu estou ficando sábio no caminho da vida divina. ” Não deixe que a empresa, os jornais ou estatísticas imprimam em você a imagem da velhice, declinada pelos anos, decrepita, caduca e inútil. Rejeite-a, pois é uma mentira. Se recuse a ser hipnotizado por essa propaganda. Afirme a vida - não a morte. Obtenha uma visão de si mesmo sendo feliz, radiante, bem-sucedido, sereno e poderoso.

SUA MENTE NÃO ENVELHECE.

O Dr. Michael DeBakey , um cirurgião pioneiro, desenvolveu o primeiro dispositivo de roletes para bombear sangue em 1932. A bomba ainda é usada para cirurgias de coração. Aos noventa anos de idade, o Dr. DeBakey obteve permissão para iniciar os ensaios clínicos de uma nova invenção, uma pequena bomba que poderia ser implantada aos corações das pessoas com doença cardíaca grave. Não contente com a pesquisa, DeBakey também cumpria com uma agenda cirúrgica muito ativa. Um colega disse, “Que outra pessoa precisaria de cinco ou seis vidas para fazer o que ele fez. ”

DeBakey resumiu sua filosofia aos noventa desta forma: “Enquanto você tiver desafios e for capaz fisicamente e mentalmente, a sua vida será estimulante e revigorante. ”

UMA MENTE ATIVA AOS NOVENTA E NOVE ANOS .

Meu pai aprendeu a língua francesa aos sessenta e cinco anos de idade e se tornou uma autoridade sobre ela aos setenta. Ele começou um estudo gaélico, quando ele tinha mais de 60 anos e tornou-se um professor

reconhecido e famoso do assunto. Ele ajudou minha irmã em um Instituto de ensino superior, até que ele faleceu aos noventa e nove. Sua mente era tão clara aos noventa e nove, como tinha sido quando tinha vinte anos. Na verdade, seus poderes de raciocínio tornaram-se ainda mais acentuados com a idade. Verdadeiramente, você tem a idade que você pensa e sente.

PRECISAMOS DOS NOSSOS IDOSOS.

Marcus Porcius Cato, um patriota romano, aprendeu grego aos oitenta. Madame Ernestine Schumann-Heink, o grande contralto germano-americano, atingiu o auge de seu sucesso musical depois que ela se tornou avó.

O filósofo grego Sócrates aprendeu a tocar instrumentos musicais, quando tinha oitenta anos de idade. Michelangelo estava pintando suas maiores telas aos oitenta. Aos oitenta, Cios Simonides ganhou o prêmio de poesia, Johann Von Goethe terminou *O Fausto* e que Leopold Von Ranke iniciou sua *História do Mundo*, que só terminou aos noventa e dois.

Alfred, Lord Tennyson escreveu um poema magnífico, “Crossing the Bar” aos oitenta e três. Isaac Newton trabalhou duro até os oitenta e cinco. Aos oitenta e oito John Wesley estava dirigindo, pregando e guiando o Metodismo.

Vamos colocar nossos idosos em lugares de destaque e dar-lhes todas as oportunidades para trazer à luz as flores do paraíso.

Se você estiver aposentado, se interessar pelas leis da vida e as maravilhas da sua mente subconsciente. Faça algo que você sempre quis fazer. Estude novos temas e investigue novas ideias.

Reze como a seguir:

Assim como uma corça que anseia por água, anseia minha alma por ti, ó Senhor. (Salmos 42, versículo 1).

OS FRUTOS DA VELHICE.

Que a sua carne se torne mais fresca do que a de uma criança. Que ele volte aos dias do vigor da sua juventude. (Jó 33, versículo 25).

Velhice, realmente, significa a contemplação das verdades de Deus do ponto de vista mais elevado. Perceba que você está em uma viagem sem fim, uma série de importantes passos no oceano da vida incessante, incansável, infinita. Em seguida, como o salmista, você vai dizer:

Mesmo na velhice eles darão muitos frutos. Eles continuarão fortes e cheios de vida. (Salmos 92, versículo 14).

Mas, o fruto do espírito é: amor, alegria, paz, paciência, bondade, benignidade, fé, brandura, autodomínio. Contra tais coisas não há lei. (Gálatas 5, versículos 22 e 23).

Você é um filho da vida infinita, que não conhece fim, você é um herdeiro da eternidade.

PONTOS RENTÁVEIS.

- Paciência, bondade, amor, boa vontade, alegria, felicidade, sabedoria e compreensão são qualidades que nunca envelhecem. Cultivá-las e expressá-las é permanecer jovem na mente e no corpo.
- O medo neurótico em relação aos efeitos do tempo , pode ser a causa do envelhecimento precoce.
- A idade não é o passar de anos. É a aurora da sabedoria na mente dos seres humanos.
- Os anos mais produtivos da sua vida podem vir dos sessenta e cinco aos noventa e cinco.
- Bem-vindo à idade avançada. Isso significa que você está se movendo mais alto no caminho da vida, que não tem fim.
- Deus é vida, e esta é sua vida agora. A vida é auto-renovação, é eterna e indestrutível e é a realidade de todos os seres humanos. Você vive para sempre, porque sua vida é a vida de Deus.
- Você não pode ver sua mente, mas você sabe que você tem uma mente. Você não pode ver o espírito, mas você sabe que tem um espírito. Você não pode ver a vida, mas você sabe que você está vivo.
- A idade avançada pode ser definida pela contemplação das verdades de Deus, do ponto de vista mais elevado. As alegrias da velhice são maiores que as da juventude. Sua mente está envolvida no exercício espiritual e mental. A natureza abrande seu corpo para que você possa ter a oportunidade de meditar sobre as coisas divinas.
- *Não contemos os anos de um homem até que ele não tenha mais nada para contar.* Sua fé e convicções não estão sujeitas à deterioração.
- Você é tão jovem quanto você pensa que é. Você é tão forte quanto você pensa que é. Você é tão útil quanto você pensa que é. Você é tão jovem quanto seus pensamentos são .
- Seus cabelos brancos são um ativo. Você não pode vender seus cabelos grisalhos. Você pode vender seu talento, habilidades e sabedoria que você alcançou através dos anos.

- Dietas da moda e pílulas caras, não vão mantê-lo jovem. Como um homem pensa, então assim ele é .
- O medo da velhice pode causar uma deterioração física e mental. *A coisa que eu mais temia veio até mim.*
- Você envelhece quando você pára de sonhar e quando você perde o interesse na vida. Você fica velho, se você ficar irritado, excêntrico, petulante e rabugento. Encha sua mente com as verdades de Deus e irradie a luz do sol do seu amor - esta é a juventude.
- Olhe para frente, pois em todos os momentos estará olhando para a vida infinita.
- Sua aposentadoria é um novo empreendimento. Ocupe-se com novos interesses e novos aprendizados .
- Você poderá fazer as coisas que você sempre quis fazer quando estava tão ocupado ganhando a vida. Dê atenção a viver a vida.
- Torne-se um produtor e não um prisioneiro da sociedade. Não esconda sua luz .
- O segredo da juventude é o amor, a alegria, a paz interior e o sorriso. Em Deus há plenitude de alegria. Em Deus não há nenhuma escuridão.
- Você é necessário. Alguns dos grandes filósofos, artistas, cientistas, escritores e muitos outros realizaram suas maiores obras depois que eles passaram dos oitenta anos de idade.
- Os frutos da velhice são amor, alegria, paz, paciência, gentileza, bondade, fé, mansidão e Temperança.
- Você é um filho da vida infinita, que não conhece fim. Você é um herdeiro da eternidade. Você é maravilhoso!